



UIT

NORGES  
ARKTISKE  
UNIVERSITET

Institutt for psykologi – Det helsevitenskapelige fakultet

# Menneskemøter i troens landskap

*Profesjonelles møte med trosspørsmål i arbeid med psykisk helse*

—

**Trude W. Krane**

*Hovedoppgave for graden Cand. Psychol. Psy-2901. Mai 2017*



MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

**Menneskemøter i troens landskap**

**Profesjonelles møte med trosspørsmål i arbeid med psykisk helse**

*Moments of Meeting in the Landscape of Religious Experiences*

*How Professionals Relate to Questions of Faith in Mental Health Work*

Trude W. Krane

Hovedveileder: Førstelektor Anna Margrete Flåm

Biveileder: Førsteamanuensis Mary Nivison

Hovedoppgave for graden Cand. Psychol. Psy-2901. Mai 2017

Institutt for psykologi – Det helsevitenskapelige fakultet

Universitetet i Tromsø – Norges arktiske universitet

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

### Forord

I mitt arbeid som miljøterapeut innen psykisk helsevern har jeg møtt mennesker som ikke føler at de kan fortelle om sine troserfaringer og trosspørsmål innenfor psykiatrien. Flere begrunner sin skepsis mot å fortelle med at de ikke ønsker å bli misforstått eller avvist på dette området. Mitt møte med disse menneskene, samt min interesse for temaet, ble en viktig motivasjon for å finne mer ut om hvordan fagfolk i arbeid med psykisk helse møter mennesker som har en tro eller trobakgrunn.

Faglitteratur på området ble først gjennomgått, og det synes å mangle tydelige retningslinjer på hvordan trosspørsmål generelt kan møtes i praktisk arbeid med psykisk helse. For å få mer kunnskap om hvordan dette kan gjøres, ønsket jeg å møte fagfolk som kunne ha kunnskap på dette området og snakke med dem om deres erfaringer. Det ble utviklet en intervjuguide rettet mot et strategisk utvalg av fagfolk med erfaring på området i samarbeid med veiledere. Veilederne var også behjelpelige med å finne forespurt utvalg. En kvalitativ, fenomenologisk-hermeneutisk tilnærming ble valgt.

Jeg vil rette en stor takk til deltakerne som velvillig delte av sine menneskenære og berikende erfaringer. Dere har gitt meg verdifull kunnskap om hvordan man kan møte mennesker med ydmykhet og respekt i forhold til opplevd liv, en lærdom jeg vil ta med meg i mitt videre arbeid.

Jeg vil også rette en stor takk til mine kunnskapsrike veiledere som har hjulpet, støttet og holdt ut med meg gjennom hele prosessen. Dere har vært trygge navigatører når frustrasjonens brenninger har skummet som verst. Det spørs om jeg hadde kommet i havn uten deres hjelp.

# MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

## Menneskemøter i troens landskap

Profesjonelles møte med trosspørsmål i arbeid med psykisk helse

Hovedoppgave for graden Cand. Psychol. Psy-2901. Mai 2017

Trude W. Krane

### Sammendrag

Studien undersøker hvordan profesjonelle som jobber innenfor psykisk helse forholder seg til mennesker som har en religiøs tro eller trosbakgrunn. Åtte deltakere som har lang erfaring med å møte trosspørsmål i arbeid med psykisk helse ble strategisk utvalgt og intervjuet med utgangspunkt i en semi-strukturert intervjuguide. Intervjumaterialet ble underlagt en kvalitativ-fenomenologisk analyse i samsvar med prinsipp for systematisk tekstkondensering. Den viktigste erfaringen hos deltakerne i studien er at å forholde seg til trosspørsmål handler om å anerkjenne og møte mennesker for den de er. Å imøtekomme trosspørsmål med åpenhet og respekt krever særskilt varsomhet og refleksivitet rundt egne holdninger og begrensninger. Deltakerne oppfordrer til økt kunnskap om hvordan trosspørsmål kan forstås og tilnærmes i psykisk helsearbeid. Fagfolkene opplever at trosspørsmål har et eksistensielt aspekt og er tett sammenvevd med følelsesregulering, språkforståelse og meningsdannelse. Studien peker på at å kunne forholde seg til trosspørsmål er viktig i psykisk helsearbeid. Deltakerne vurderer at religiøs tro og troserfaring kan komplisere psykiske plager, men det kan også være en ressurs. Kunnskap om hvordan menneskemøter som inkluderer trosspørsmål kan tilrettelegges best mulig vil derfor kunne være et vesentlig innslag i profesjonell utdanning.

*Nøkkelord:* Religiøs tro, troserfaring, psykisk helse, profesjonelles erfaringer, sensitivt område, åpen og refleksiv holdning, møte hele mennesket, komplekse bindinger, utforske på den andres premisser

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

De siste tiårene er det blitt økt interesse for problemstillinger knyttet til religiøsitet og spiritualitet i arbeid med psykisk helse. American Psychological Association (APA) påpeker at det er psykologfaglig enighet om at arbeid med psykisk helse bør ha en tverrfaglig tilnærming som tar hensyn til alle trosretninger og som integrerer teori med praksis (Pargament, Exline & Jones, 2013a; Pargament, Mahoney & Shafranske, 2013b; Sperry & Shafranske, 2005). I denne studien blir trosspørsmål brukt som et samlebegrep om menneskers erfaringer og problemstillinger knyttet til religiøse anliggender.

### **Psykologfaglig forståelse og tilnærming til trosspørsmål**

Det fins ulike måter å forstå og tilnærme seg mennesker som har en tro eller trosbakgrunn innenfor en kontekst som gjelder arbeid med psykisk helse. Det er gjort flere studier på hvordan religiøs tro og trosfellesskap påvirker psykiske helse. En rekke studier undersøker hvordan mennesker håndterer stress ved sykdom, tap eller i utfordrende livssituasjoner (Cassibba, Papagna, Calabrese, Costantino, Paterno & Granqvist, 2013; Siegel, Anderman & Schrimshaw, 2001; Torbjørnsen, 2014). Disse studiene viser at tro hjelper mange å håndtere stress og takle utfordrende livssituasjoner, der helsefremmende aspekter ved tro er håp, tilhørighet og mening.

I forsknings- og faglitteratur over psykologisk behandling varierer forståelsen av hvordan spørsmål om tro skal forstås og trekkes inn i arbeidet. Ulike tradisjoner vektlegger trosspørsmål i ulik grad og vurderer forskjellige aspekter som viktige. Tradisjoner som psykologisk tilknytningsteori, psykodynamisk tilnærming, kognitiv terapi, narrativ forståelse og eksistensiell psykoterapi fremhever forskjellige elementer som sentrale.

Sett fra et psykologisk tilknytningsperspektiv, som studerer hvordan relasjonelle bånd knyttes mellom barn og omsorgsgiver eller signifikante andre (Ainsworth, Blehar, Waters & Wall, 1978), undersøkes det hvorvidt ulike relasjonserfaringer kan gjenspeile seg i et gudsforhold (Halstensen, 2014). Granqvist og Kirkpatrick (2008) fant at mennesker med

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

dårlige tilknytningserfaringer viser risiko for å utvikle et dårlig gudsforhold, mens enkelte kan utvikle et trygt gudsforhold for å kompensere for dårlige erfaringer. Halstensen (2014) baserer seg på Bowlby (1982), slik hans forskning er videreutviklet av Wennerberg (2011) og Broberg, Granqvist, Ivarsson og Mothander (2008), for å forklare at tidlige tilknytningserfaringer kan bidra til å utvikle indre arbeidsmodeller som påvirker hvordan den enkelte relaterer seg til Gud. Både Granqvist (2014) og Halstensen (2014) mener et tilknytningsperspektiv er gunstig for utforskning av menneskets gudsrelasjon, som slik kan gi kunnskap om tidlige relasjonelle erfaringer, for eksempel i forhold til hvordan den enkelte søker nærhet, trygghet eller opplever separasjonsangst.

Ses trosspørsmål fra en psykodynamisk tradisjon, viser psykoanalytiker Rizzuto (1979), med utgangspunkt i Freuds arbeid, et eksempel på hvordan man kan finne en klinisk anvendbar tilnærming i møte med den religiøse pasienten. Rizzuto skriver at Freud hevder at religiøse personer har et nevrotisk behov for å klynge seg til en foreldrefigur, noe som gir Gud en stedfortredende foreldrefunksjon. Det ledet henne til å tenke at religiøse mennesker kan overføre internaliserte foreldrebilder til sin gudsrelasjon, og dette ble et utgangspunkt for Rizzuto til å undersøke hvilken psykologisk funksjon troen har i den enkeltes liv. I sitt terapeutiske arbeid fant hun en sammenheng mellom religiøse pasienters foreldrerepresentasjoner og deres gudsbilder, og at trobilder og troserfaringer påvirker emosjonsregulering og hvordan den enkelte fortolker og forholder seg til sine omgivelser (Rizzuto 1979, 1996, 2003, 2005, 2006).

Sett fra et kognitivt behandlingperspektiv som integrerer trosspørsmål, undersøkes det hvordan religiøs erfaring påvirker tanker, følelser og atferd, der fokus er å fremme ressurser, endre dysfunksjonelle tankemønstre og på å arbeide for økt selvrefleksjon (Pearce, Koenig, Robins, Nelson, Shaw, Cohen & King, 2015). Propst (1996) undersøkte i sitt kliniske arbeid hvorvidt det er fordelaktig å inkludere trosspørsmål i kognitiv atferdsterapi. Hun fant at

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

det var gunstig for religiøse pasienter. Hun fant også at det kunne være utfordrende for enkelte troende å skulle endre perspektiv, for eksempel hvis en pasient søker godkjenning for endret perspektiv i trossamfunnet. På bakgrunn av dette mener Propst det vil være en fordel at behandlere setter seg inn i hva den enkeltes trossamfunn står for og tar hensyn til dette i det terapeutiske arbeidet.

Innenfor den kognitive terapitradisjonen er det utviklet en integrativ tilnærming med særlig vekt på emosjoner. Rajaei (2010) utviklet «Religiøs kognitiv-emosjonsterapi» for å møte mennesker med trosspørsmål. Modellen integrerer kognitiv terapi, humanistisk psykologi og eksistensiell psykoterapi med en bevisst inkludering av trosspørsmål. I følge Rajaei kan en slik modell være gunstig når religiøse problemstillinger er innvevd i personlighetsproblematikk, depresjon eller angst. Et eksempel på en annen integrativ modell som inkluderer trosspørsmål i terapi, er VITA-behandlingen (Stålsett, Gude, Rønnestad & Monsen, 2012). Denne tilnærmingen er inspirert av Rizzutos psykodynamiske forståelse, supplert med andre aspekter, heriblant et eksistensielt perspektiv i tillegg til et narrativt perspektiv.

I en narrativ tradisjon brukes fortellinger og metaforer for å kunne se problemer i et nytt perspektiv (White, 2006). Bruner (1987) beskriver fortellinger som menneskets evne til å forestille seg meningsfulle sammenhenger, og de involverer både fantasi, myter, ritualer og det virkelige livet. I følge Ricoeur (2003), som er en sentral teoretiker innenfor narrativ tenkning, formes vår identitet av ulike fortellinger og metaforer av relasjonell, kulturell og religiøs art. Fortellinger blir slik en språklig organisering av hvordan den enkelte forstår og forholder seg til seg selv og andre i sin kulturelle kontekst. Ricoeur (1992) kaller dette narrativ identitet, og beskriver det som en kontinuerlig meningsskapende forandring av den enkeltes selvforståelse og livshistorie i møte med andre mennesker og kulturer. Den pågående fortolkningsprosessen i møte med andre kaller han selvets hermeneutikk, en delvis ubevisst,

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

interaktiv prosess som inkluderer den enkeltes forforståelse, tilstedeværelse og endringsmuligheter i møte med den andre. Han mener at selvets hermeneutikk innehar etiske elementer, ved at økt selvrefleksivitet kan gjøre hver enkelt bedre rustet til å ivareta den andres behov (Ricoeur, 1992). En narrativ tradisjon åpner for å jobbe med religiøse fortellinger og metaforer i et terapeutisk landskap, samtidig som den inkluderer en reflekterende holdning for å kunne imøtekomme det den andre trenger å formidle.

Den eksistensielle psykoterapitradisjonen er en annen tilnærming som åpner for å inkludere trosspørsmål i klinisk arbeid. Her er Yalom en sentral person (Austad, 2014; Yalom, 2011). I en gjennomgang av Yaloms arbeider beskriver Austad (2014) hvordan Yalom betrakter religiøs tro som en forsvarsmekanisme for å overvinne egen dødelighet, og at han er bekymret for at mange trossamfunn unngår å forholde seg til eksistensielle problemstillinger. Yalom (2011) relaterer menneskets angst til fire eksistensielle vilkår. Disse er død, meningsløshet, isolasjon og frihet, tema som, i følge ham, kan være nært knyttet til sterke underliggende følelser. De eksistensielle vilkårene kan skape indre konflikter, ved at de konfronterer oss med vår endelighet og tilkortkommenhet. Austad (2014) beskriver dødsangst som et eksempel på dette, der mange kan utvikle uheldige forsvarsmekanismer og fortrenghninger, enten ved å fornekte og forholde seg til døden eller ved å fremstå som usårbare mot å bli rammet av den.

I det forutgående er det presentert et utvalg forståelsesrammer som viser ulike måter å forholde seg til trosspørsmål på innenfor sentrale tradisjoner for psykisk behandlingsarbeid. En del forskning foreligger på hva pasienter selv sier om hvordan de ønsker å bli møtt av profesjonelle når det gjelder trosspørsmål i arbeid for psykisk helse.

### **Pasienters ønsker tilknyttet trosspørsmål**

Det er gjort flere studier på hvordan pasienter ønsker å bli møtt i forhold til religiøse erfaringer. Best, Butow og Olver (2015) har gjort en oversiktsstudie om hvorvidt pasienter



## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

ønsker at leger skal inkludere åndelige tema i sine konsultasjoner. Review-artikkelen er basert på 54 studier. Den konkluderer med at mange pasienter ønsker at leger skal etterspørre trosspørsmål, mens andre er mer skeptiske. De som ønsker å inkludere trosspørsmål, vil bli møtt som hele mennesker, der troen kan være en viktig del av deres hverdag. Best et al. (2015) konkluderer med at det kan være fordelaktig at leger blir mer observante på hvilke pasienter som kan være interessert i å inkludere trostema.

Koslander og Arvidsson (2007) gjorde en kvalitativ studie av 12 pasienter som var innlagt på seks avdelinger ved ulike psykiatriske klinikker i Sør-Sverige. Deltakerne ble strategisk valgt på bakgrunn av kjønn, alder, sivilstatus, diagnose og erfaring med psykisk helsevern. De ble forespurt om hvordan de ønsket å bli møtt i forhold til trosspørsmål. Pasientene sa de ønsket å samtale om trosspørsmål, men erfarte at de selv måtte ta initiativ hvis det skulle skje. Ettersom de følte at ansatte unngikk slike tema, foretrakk de å diskutere trosspørsmål med sine medpasienter.

Huguelet, Mohr, Borrás, Gillieron og Brandt (2006) intervjuet 100 utskrevne pasienter diagnostisert med schizofreni og deres 34 behandlere ved et psykiatrisk sykehus. De fant at tro var en viktig del av de fleste av pasientenes liv, men kun 36% av disse hadde tatt opp slike tema i terapi. Et fåtall av pasientene mente at deres religiøse praksis var uforenelig med terapi, men oppgav at terapeutene sjelden fanget opp deres indre konflikt vedrørende dette.

I halvparten av tilfellene feilvurderte terapeutene hvorvidt religiøs tro var en viktig del av pasientenes liv, selv om behandlerne var åpne for å ta opp religiøse tema. Studien konkluderte med at trosspørsmål sjelden blir tematisert i behandling av mennesker med psykoselidelser, der behandlere ofte ikke fanger opp at tro kan ha en betydningsfull rolle i den enkeltes liv.

### **Fagpersonells holdninger til trosspørsmål**

Det er gjort flere studier som undersøker fagpersonells holdninger til trosspørsmål.

Reme, Berggraf, Anderssen og Johnsen (2009) gjorde en undersøkelse av psykologistudenters

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

holdninger til trosspørsmål. Det ble sendt ut spørreskjema til psykologistudenter ved fire norske universiteter, Oslo, Bergen, Trondheim og Tromsø. Basert på svarene til 564 studenter, fant de at religiøse temaer er lite vektlagt i psykologutdanning i Norge, og at studenter innen psykologifaget ønsker mer undervisning på området. Jones (1996) fant at psykologer er mindre religiøse enn andre yrkesgrupper innen helsefaglig arbeid, noe som kan medføre en risiko for at trosspørsmål får lite fokus innen psykisk helsevern. Reme (2014) påpeker at det i Norge har blitt en økende interesse for trosspørsmål innenfor arbeid med psykisk helse de senere år, både forskningsmessig og i praktisk arbeid, men hun mener at det fremdeles mangler klare retningslinjer på hvordan man kan jobbe med trosspørsmål på en ivaretagende måte.

Welgemoed og van Staden (2014) undersøkte hvorvidt 136 sørafrikanske psykiateres religiøse tro påvirket hvordan de tilnærmet seg trosspørsmål i klinisk arbeid. Utvalget bestod av respondenter som besvarte et spørreskjema som ble sendt til medlemmer av det sørafrikanske psykiatriforbundet. De fant at personlig tro ikke medførte en forskjell i behandlingen blant de psykiaterne som var åpne for å imøtekomme slike spørsmål. 16% av deltakerne hadde ingen forhold til religiøs tro, og vurderte dette som lite relevant å adressere i terapi.

Chequini, Gonçalves, Leão, Peres og Vallada (2016) undersøkte hvorvidt 484 brasilianske psykiatere forholdt seg til trosspørsmål i klinisk arbeid. Utvalget ble rekruttert via spørreskjema som ble sendt til medlemmer av det brasilianske psykiatriforbundet. 67% av behandlerne var religiøse, og det fremkom at de som selv var troende, lettere fanget opp slike problemstillinger. 55% av alle deltakerne undersøkte vanligvis ikke pasientenes tro eller trobakgrunn, enten fordi de manglet kunnskap på området eller fordi de var usikre på å overskride sin rolle som psykiater. Den samme studien fant at de som var trent i hvordan de

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

kunne møte trosspørsmål i praktisk arbeid, bidro til raskere tilfriskning for pasienter som opplevde religiøse problemstillinger, uavhengig av behandlernes egen tro.

Holmberg (2012) gjorde en kvalitativ undersøkelse om hvordan seks familierapeuter ansatt ved norske familievernkontor forholder seg til åndelige og eksistensielle problemstillinger i terapi. Terapeutene beskrev at de sjelden kom inn på slike tema i sitt arbeid, og at slike spørsmål eventuelt kom opp et stykke ut i behandlingen. Alle mente at åndelighet ble altfor lite tematisert i deres fagmiljø. De syntes åndelighets-begrepet var uheldig å anvende i møte med pasienter, og foretrakk å bruke ordet verdi som en inngangsport til åndelige tema. Terapeutene mente at det var viktig å kunne møte den religiøse siden ved mennesket, men de fleste var usikre på hvordan det kunne gjøres på en god og ivaretakende måte i praksis.

APA vektlegger at det tas hensyn til menneskets religiøse tro og troserfaring i arbeid med psykiske helse fordi det anses som vesentlig å møte alle sider ved mennesket, som for flere kan inkludere religiøse tema (Shafranske, 1996). En slik tilnærming i møte med mennesker er også vedtatt i Den nasjonale opptrappingsplanen for psykisk helse i Norge (Stortingsproposisjonen nr. 63, 1999–2006).

### **Begrepsavklaring og avgrensning**

Det debatteres hvordan man skal definere religiøsitet og spiritualitet (Tsang & McCullough, 2003). Teoretisk sett har begrepene religiøsitet og åndelighet/spiritualitet skilt lag de senere år, der spiritualitet og åndelighet blant annet inkluderer nyreligiøsitet/alternativ tro, mens religiøsitet relateres til et organisert religiøst trossystem med forutsigbare rammer og ritualer (Danbolt, 2014; Houskamp, Fisher & Stuber, 2004). Selv om begrepene kan forstås ulikt teoretisk, så er denne nyanseringen ikke like atskilt i praksis (Mahrer, 1996). Sørensen (2001) deler religiøs tro i to perspektiver, et substansielt og et funksjonelt. Et substansielt perspektiv setter det enkelte menneskets opplevelse i fokus, der troen bidrar til å skape

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

mening. Et funksjonelt perspektiv vektlegger hvordan religion påvirker mennesker i sine ulike sosiale miljøer, og hvilken funksjon troen har for enkeltindivid og samfunn (Furseth & Repstad, 2003).

Avgrensningen for denne studien inkluderer både et substansielt og et funksjonelt religionsperspektiv. Trosspørsmål kan enten berøre personlige troserfaringer eller handle om hvilken funksjon troen har for den enkelte og miljøet vedkommende er eller har vært en del av. Trosspørsmål er videre avgrenset til trosrelaterte tema som kan tenkes å påvirke den psykiske helsen. Eksempler på slike tema kan være håp, tilgivelse, skyld, skam, mening, meningsløshet, død, evighet, aksept, utstøtning, kjærlighet, hat, sorg, glede, tro og tvil.

### **Studiens formål og problemstilling**

Den økte interessen for trosspørsmål innen det psykologiske fagfeltet har bidratt med forskning som gir en bedre forståelse av hvordan man kan forholde seg til trosspørsmål i et psykologisk perspektiv. Flere ulike aspekter og tilnærminger er blitt beskrevet, inkludert pasienters ønsker og terapeuters holdninger til trosspørsmål.

Imidlertid er det i foreliggende litteratur og forskning på feltet lite undersøkt hvordan fagfolk, som har erfaring med å møte trosspørsmål i arbeid med psykisk helse, vurderer man best kan forholde seg til slike spørsmål og erfaringer i praktisk terapeutisk arbeid. Formålet med foreliggende studie er å undersøke hvordan praktiserende fagfolk i psykisk helsearbeid forholder seg til trosspørsmål i sitt arbeid. Undersøkelsen stiller følgende forskningsspørsmål for å få kunnskap om de profesjonelles erfaringer og vurderinger på området.

1. Hvordan mener du man bør forholde seg til mennesker som har spørsmål eller opplever problemstillinger tilknyttet religiøs tro i arbeid med psykisk helse?
2. Hvordan har du opplevd at tro eller troserfaringer kan ha betydning for pasienters psykiske helse på en uheldig måte?

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

3. Hvordan har du opplevd at tro eller troserfaringer kan ha betydning for pasienters psykiske helse på en heldig måte?
4. Hvordan vurderer du det kan være fordelaktig å gå frem for å jobbe med trosspørsmål på en helsefremmende måte?

### **Metode**

For å få en utdypende og nyansert besvarelse av forskningsspørsmålene, ble det valgt å gjøre en kvalitativ studie. En fenomenologisk tilnærming ble valgt fordi dette er en metode som anses anvendelig for å undersøke menneskers egne erfaringer og opplevelser (Creswell, 2013). Det er de profesjonelles erfaringer, slik de selv opplever det, som er fokus i denne kvalitative undersøkelsen.

### **Deltakere**

Det ble gjort et strategisk utvalg av fagfolk som har erfaring med å møte trosspørsmål i arbeid med psykisk helse. Utvalget bestod av 4 psykologer, 2 prester, 1 psykiater og 1 psykiatrisk sykepleier (N=8). Deltakerne var mellom 39 og 59 år, med en snittalder på 52 år, fordelt på fem kvinner og tre menn. Syv av deltakerne arbeider i Nord-Norge, mens en har sin erfaring fra Østlandet. Alle har en åpen holdning til å møte trosspørsmål, men flere av deltakerne er ikke personlig troende selv. Utvalgets erfaringsbredde i møte med religiøse anliggender er variert og representerer ulike rammebetingelser. Fem av de utvalgte er ansatt ved to ulike nasjonale, diakonale stiftelser, der arbeid med trosspørsmål er implementert i behandlingstilnærmingen. De øvrige tre er ansatt i offentlige organisasjoner.

### **Prosedyre**

I forkant av intervjuene ble det utformet en semi-strukturert intervjuguide (Vedlegg 1). Intervjuguiden ble utformet på grunnlag av gjennomgang av faglitteratur og etter samtale med erfarne fagfolk på området. Det ble forespurt om deltakelse pr. telefon eller mail, der de utvalgte ble kort informert om hva prosjektet gikk ut på. Alle var villige til å delta og ingen

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

trakk seg underveis. Deltakerne undertegnet en skriftlig samtykkeerklæring (Vedlegg 2) i forkant av intervjuene. Intervjuene ble gjennomført på deltakernes kontor eller på et nøytralt samtalerom.

Som forsker ble det etterstrebet å forholde seg åpen i intervjusituasjonen og å finne en balanse der deltakerne fikk snakke så fritt som mulig innenfor rammen av det semi-strukturerte intervjuet. Deltakerne fikk forholde seg åpent til trosspørsmål ved at det inkluderte livssyn, religiøsitet og åndelighet/spiritualitet. En bred trosforståelse, som inkluderer religiøsitet, åndelighet og spiritualitet, ble valgt for at deltakerne skulle få fortelle mest mulig fritt fra sine varierte erfaringer.

Samtlige intervjuer er gjennomført av undertegnede. Intervjuene ble tatt opp på bånd med Sony digital diktafon, ICD-UX543, og transkribert ved hjelp av Olympys AS-7000 transkripsjonsutstyr. Datamaterialet ble transkribert av undertegnede, og transkripsjonene ble kategorisert og analysert i flere omganger. Lydopptakene ble slettet etter avsluttet gjennomlytting.

Lapadat & Lindsay (1999) poengterer at transkripsjonsprosessen kan være teoriladet, mens Malterud (2011) understreker at transkripsjonene kun representerer et indirekte bilde av virkeligheten, og at det skriftlige materiale kan gi en fordreid forståelse av den opprinnelige situasjonen. I følge Malterud er det en fare for at en nøyaktig skriftlig gjengivelse som markerer avbrudd, lyder og tankeord kan forstyrre flyten som var i den opprinnelige samtalen, og i verste fall gi et uheldig inntrykk av deltakernes utsagn. Intervjuene i denne studien ble nøyaktig nedskrevet, der alle pauser, tankeord (som f.eks. *ehhm...* og *mm...*) og eventuelle forstyrrelser ble markert. Det ble tatt hensyn til Malteruds advarsel ved at intervjuene ble avspilt på bånd ved gjennomlesning av transkripsjonene, bortsett fra ved første gjennomlesning. Inntrykket ble annerledes uten lyd, spesielt i forhold til flyten i samtalen og opplevelsen av enkelte avbrytelser. Det skrevne ordet gav i flere tilfeller et annerledes

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

inntrykk av den faktiske situasjonen, sammenlignet med lydfilene. Lydopptakene ble lyttet til to ganger pr. intervju, noe som medførte en større nærhet til den opprinnelige intervjusituasjonen. Ved gjentatte gjennomlyttinger kom deltakernes tilstedeværelse tydeligere frem, også i det videre arbeidet, blant annet ved at det ble lettere å huske deres dialekt, tonefall, kroppsspråk og ansiktsmimikk. Supplering med lydopptak medførte også at egen rolle og samspill mellom intervjuer og deltakere kom bedre frem. Transkripsjonene ble til sammen 178 sider med dobbel linjeavstand.

Datamaterialet er anonymisert for å hindre gjenkjenning av den enkelte informant. Bokmål ble slik et anonymiserende ledd i materialet, men bidro samtidig til å skape en viss distanse til den levende samtalen. Det opprinnelige materialet ble ytterligere anonymisert gjennom de ulike leddene i analyseprosessen, og blir beskrevet i analysedel.

### **Refleksivitet**

Mitt ståsted som psykologstudent medfører at perspektivet i denne studien er preget av en psykologisk vinkling. En kvalitativ, fenomenologisk tilnærming medfører utfordringer ved at forsker er både ansvarlig for innsamling og fortolkning av datagrunnlag. I en slik prosess kreves kritisk refleksjon rundt egne potensielle føringer gjennom alle ledd (Creswell, 2013).

Mine føringer har fått sitt avtrykk i valg av deltakere, utforming av intervjuguide og trosforståelse, noe som medfører at egne premisser er innbakt i innhentet datagrunnlag (Malterud, 2011). Sterk tilstedeværelse gjennom hele prosessen, som datainnsamler, fortolker og redaktør, har gitt oversikt og kunnskap om alle leddene, men medfører samtidig en risiko for subjektive preferanser og vurderinger. I den forbindelse ble det viktig å være kritisk til egne føringer, fortolkninger og forståelse gjennom hele prosessen, og revurdere om seleksjoner og kondenseringer som ble gjort underveis gjenspeilet datagrunnlaget.

Datamaterialet var omfattende, og det er en risiko for at det fins flere nyanser i deltakernes fortellinger enn de som er presentert. Analysen er en fortolkende prosess, der

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

enhver kan ha sine fokus- og blindpunkter som man ikke er bevisst, uansett hvor kritisk og refleksiv man er til egen rolle. I dette tilfellet ligger tema for studien innenfor forskers interessefelt, noe som kan medføre en ekstra utfordring. I den forbindelse har datamaterialet blitt gjennomgått med kritisk blick i flere omganger for å få best mulig distanse til materialet. Det ble i tillegg gjort en kritisk gjennomgang av hvert intervju, i etterkant av at felles fortellinger og begreper var utviklet. Ved å gjøre dette, kom det frem nye nyanser. I denne gjennomlesningen ble det lagt særlig vekt på hva som var de ulike deltakernes særegne bidrag til helheten.

### **Analyse**

Analysen er basert på Malteruds metode for systematiske tekstkondensering (Malterud, 2011). Analysemåten er empiristyr, til forskjell fra teoristyr. Empiristyr analyse tar utgangspunkt i innsamlet datagrunnlag for å utvikle begreper som beskriver ulike fellestrekk og nyanser ved materialet. Malterud forklarer at målet med en systematisk tekstkondensering er å utvikle overordnede begreper eller fortellinger, på grunnlag av datamaterialet, som beskriver fenomenet som undersøkes. Teksten blir stegvis filtrert, redusert, dekontekstualisert (utsagn tas ut av sin opprinnelige intervju-kontekst) og rekontekstualisert (satt i en felles menings-kontekst) (Malterud, 2011). Analysen ble gjennomført på følgende måte.

**Steg 1. Helhetsinntrykk – fra villnis til temaer.** Intervjuene ble systematisk gjennomlest og vurdert i flere omganger, og det ble tatt skriftlige notater underveis. Først ble dette gjort for å få et helhetsinntrykk av hva datagrunnlaget fortalte. Det var fire overordnede tema som skilte seg ut. Disse ble kalt åpenhet, utforskning, sortering og samarbeid. I samsvar med Malteruds metode for systematisk tekstekondensering, ble de tre første temaene valgt fordi begrepene eller deres meningsinnhold var gjennomgående i samtlige intervjuer. Det siste



## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

temaet ble valgt fordi det markerte en særegenhet som skilte seg ut fra øvrige tema, men samtidig inkluderte unike nyanser.

**Steg 2. Meningsbærende enheter – fra temaer til koder.** Etter å ha fått et helhetsinntrykk av hvilke tema som skilte seg ut i intervjuene, ble Nvivo 10 brukt for å systematisere stoffet. De meningsbærende enhetene ble systematisk dekontekstualisert, der sitater fra alle intervjuene ble kodet sammen under beskrivende temaer.

Den første kodingen ble gjort under temaene som utpekte seg ved gjennomlesningen, som var åpenhet, utforskning, sorteringsarbeid og samarbeid. Nvivo registrerte automatisk antall sitater og hvor i intervjuene disse var hentet fra for hver av deltakerne, slik at det ble lett å holde oversikt hvis det ble nødvendig å ettersjekke i intervjuene. Nvivo viste hele tiden hvor mange deltakere som var representert under hver kategori i sorteringsarbeidet. Det utvalgte tekstmaterialet bestod i første omgang av 611 relevante utsagn med ulik lengde. Sitater fra samtlige deltakere var representert for hvert av de fire hovedtemaene.

I den andre kodeprosessen ble det utviklet subkoder/underkategorier fra de fire hovedtemaene. Datamaterialet var rikt og nyansert, der deltakerne flere steder brukte samme ord for å beskrive nyanser som hadde ulikt meningsinnhold. Begrepet «utforske» kunne for eksempel henspille på å undre seg, undersøke, samarbeid, åpenhet, kartlegging eller varsomhet. Det var tidvis utfordrende å finne dekkende underkategorier basert på tekstens meningsinnhold, noe de første subkodene bar preg av. Under 1) Åpenhet, ble undertemaene trygghet, selvrefleksjon, trosforståelse, respekt og ydmykhet og kartlegging kodet. Selvrefleksjon og trosforståelse ble slått sammen til en subkategori fordi de ble overlappende. Avklaring ble lagt til kartleggingskoden fordi begrepet gav en særegen nyanse. Hovedkategori 2) Utforskning, fikk subkoden varsomhet. Hovedkategori 3) Sorteringsarbeid, fikk underkategoriene utvide perspektiv, bearbeide følelser og mening og tilhørighet. Den siste hovedkategorien, 4) Samarbeid, fikk to subkategorier, rolleskille og ritualer.

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

Materialet ble deretter omkodet i Nvivo en tredje gang for at de meningsbærende enhetene skulle komme tydeligere frem. Det ble derved utviklet syv hovedkategorier og tre underkategorier. Disse var 1) Oppmerksom på eget ståsted, 2) Åpen og inkluderende holdning, 3) Utforske med varsomhet og respekt, med underkategorien avklaring og kartlegging. 4) Utvide perspektiv, 5) Sortere følelser, 6) Mening og tilhørighet og 7) Samarbeid og mandatbevissthet, med underkategoriene rolleskille og ritualer. Deltakernes utsagn er godt representert i samtlige kategorier.

**Steg 3. Kondensering – fra kode til mening.** På bakgrunn av sortering og kategorisering av materialet, ble det valgt ut 592 tekstbiter/sitater med variert lengde som danner grunnlaget for den videre analysen. Kategoriene som var utformet i Nvivo ble nå overført til et Word-dokument, der meningsinnholdet i teksten fikk fargekoder som belyste ulike aspekter ved hver kategori. Det fargekodede dokumentet ble lest flere ganger for å få en forståelse av hvordan meningsinnholdet kunne kondenseres på en måte som var tro mot deltakernes fortellinger.

I den forbindelse ble materialet omorganisert i fire hovedkategorier og elleve underkategorier. Hovedkategoriene ble utviklet ved å slå sammen de syv kategoriene som ble presentert i forrige steg. Kategori 1) inkluderer Oppmerksom på eget ståsted og Åpen og inkluderende holdning. Kategori 2) inkluderer Utforske med varsomhet og respekt, med underkategorien avklaring og kartlegging. Kategori 3) inkluderer Utvide perspektiv, Sortere følelser og Mening og tilhørighet, mens kategori 4) inkluderer Samarbeid og mandatbevissthet, med underkategoriene rolleskille og ritualer. Hovedkategoriene og underkategoriene blir presentert som fortellinger og undertema i Tabell 1 i resultatdel. Kunnskapen fra kodegruppene ble dernest abstrahert, og det ble utformet kondenserte grupper med meningsbærende enheter for hver underkategori. Det fremkom 42 nyanser, 12 i kategori en, 9 i kategori to, 14 i kategori tre og 7 i kategori fire. Nyansene presenteres også i Tabell 1.

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

**Steg 4. Sammenfatning – fra kondensering til beskrivelser og begreper.** De sammenfattede meningsenhetene ble sjekket opp mot de opprinnelige intervjuetekstene for å sikre at meningsinnholdet stemte overens med disse. Alle deltakernes stemmer kunne tilbakeføres til de opprinnelige intervjuene. Meningsenhetene ble i en siste gjennomgang kondensert i form av fire sammenhengende fortellinger, som på en sammenfattende måte viser innholdet i de fire kategoriene. Begrepet fortellinger brukes synonymt med hovedtema i den videre presentasjonen. Fortellingene presenteres i resultatdelen, der Tabell 1 gir en oversiktlig presentasjon over beskrivelser og begreper som er kommet frem. Basert på de fire fortellingene, ble det utviklet en overordnet fortelling. Denne er presentert som oppgavens tittel.

### **Resultater**

Det samlede datagrunnlaget er organisert i fire fortellinger om menneskemøter i troens landskap, som gir en fremstilling av deltakernes ulike måter å forstå og møte trosspørsmål og troserfaringer på i arbeid med psykisk helse. Fortellingene presenteres i Tabell 1. Hver fortelling er inndelt i undertema og nyanser som fremgår i samme tabell.

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

Tabell 1

*Oversikt over fortellinger, undertema og nyanser som fremkom i analysen*

Fortellinger	Undertema	Nyanser
Tørre å tre inn i troens landskap – Trosspørsmål handler om livet til folk og hva de er opptatt av	Være bevisst egne holdninger	Refleksiv på egne begrensninger. Åpen for å revurdere perspektiv. Refleksiv på hva trosspørsmål kan handle om. Ikke forventet å være autoritet på trosspørsmål.
	Skape en åpen og trygg atmosfære	Åpent og trygt terapirom. Anerkjennelse trosspørsmåls relevans. Kan være et følsomt tema. Uformelle møtepunkter.
	Inkludere den enkeltes liv	Møte hele mennesket. Tørre å la troserfaringer bli ordsatt. Trosspørsmål kan gi viktig åpning. Varsom for egen agenda.
Varsomt og møysommelig detektivarbeid – Trosspørsmål er finmasket innvevd i den enkeltes livserfaring	Kartlegge hvor viktig trosspørsmål er for den enkelte	Avklare relevans. Kan være vanskelig å fange opp. Kartlegge innveving i den enkeltes liv.
	Utforske med varsomhet og respekt	Frykt for å utlevere andre. Tilpasse situasjon. Trenger ikke spesialkunnskap. Særskilte tilfeller kan kreve ekstra varsomhet.
	La den enkelte få tre frem på sine premisser	Interessert og undrende støttepartner. Være særskilt sensitiv ved frykt for å fortelle.
	Utvide rigide perspektiv	Utvide livsrommet. Differensiere relasjonserfaringer. Finne egen identitet. Tidkrevende for enkelte å åpne livsrom.
Reparere og finne ressurser – Trosspørsmål har et relasjonelt aspekt som påvirker følelser, tankeliv og meningsdannelse på en måte som kan komplisere sorteringsarbeidet	Sortere og anerkjenne følelser	Troserfaringer kan forvirre følelser. Sorg og forsoningsarbeid. Gudsforhold kan komplisere. Skille mellom skyld og skam. Frykt for eget sinne. Angst for helvete. Tro som forsvar.
	Opplevelse av mening og tilhørighet	Håp, trøst og støtte. Tilhøre fellesskap. Beriket livsperspektiv.
	Utbygge livsveien og finne hjelpsomme ritualer – Trosspørsmål kan kreve samarbeid	Vurdere samarbeid der man begrenses som fagperson
	Ritualer kan styrke repareringsarbeidet	Håndgripelig hjelp til bearbeiding. Rom for kreativitet tilpasset situasjon. Hjelpsomt ved komplisert sorg.

Alle fortellinger, undertema og nyanser er basert på utsagn fra samtlige deltakere (n=8), bortsett fra *Ritualer kan styrke repareringsarbeidet*. Dette undertemaet er basert på utsagn fra tre av åtte deltakere.

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

I det følgende gis en utdypende beskrivelse av fortellinger og undertema. Det gis en oversikt over hver fortelling med sine undertema i forkant av beskrivelsene i Tabell 2 til 5. Hver fortelling består av oppsummeringer som i sin helhet er basert på kondenseringer av deltakernes meningsfulle utsagn. Hvert område blir illustrert med anonymisert sitater. For at ikke informantene skal kunne gjenkjennes på stedstilhørighet, er sitatene gjengitt på bokmål, selv om flere gav sine besvarelser på dialekt eller nynorsk.

### Tørre å tre inn i troens landskap

#### Tabell 2

*Tørre å tre inn i troens landskap –  
Trosspørsmål handler om livet til folk og hva de er opptatt av*

---

Være bevisst egne holdninger

Skape en åpen og trygg atmosfære

Inkludere den enkeltes liv

---

**Være bevisst egne holdninger.** Deltakerne vektlegger at det er viktig å ha et reflektert forhold til egne begrensninger, sympatier og antipatier i møte med trosspørsmål. Flere beskrev at man må være oppmerksom på egne overføringer og motoverføringer og søke veiledning hvis man blir usikker. Det beskrives som viktig å passe på at eget livssyn og verdier ikke påvirker hva den andre skal kunne få hjelp til, og man må være åpen for alle typer tro og livssyn, uavhengig av eget ståsted. Fokus vektlegges på å prøve å forstå hva den andre vil formidle, og være varsom for ikke å trekke for raske konklusjoner basert på egen forforståelse og erfaring. Det anses vesentlig å etterstrebe åpenhet for nye perspektiver, og at eventuelle fordommer kan endres. Slik beskriver en deltaker dette:

*«... en tro som jeg var negativ til... jeg måtte ta hatten av, fordi det var helt tydelig en ressurs for vedkommende.»*

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

Det fremkommer at manglende refleksjon rundt trosspørsmål og egne holdninger til dette kan påvirke hvordan man møter slike problemstillinger i praksis. En deltaker beskrev dette slik:

*«Mange har ikke tenkt på det en gang, og det kan derfor bli veldig tilfeldig og variabelt om man er interessert i det eller åpner opp for det. Dersom man tenker at det er viktig å åpne for trosspørsmål, må det være en slags fokus på det.»*

Det ble understreket at man må være varsom, slik at ens egne vurderinger ikke bagatelliserer eller overdimensjonerer problemområder i forhold til trosspørsmål. Den enkelte som arbeider innen psykisk helse må selv kjenne hvor langt vedkommende er komfortabel med å begi seg inn i troens landskap, basert på egen erfaring og kunnskap. Det fremkommer at trosspørsmål er langt mer enn teologiske problemstillinger. Det er ikke forventet at en psykolog skal være en autoritet på trosspørsmål, men det vurderes at det av og til kan være nødvendig å åpne for utforskning av hvordan trosspørsmål er involvert i den enkeltes liv for å kunne gi best mulig hjelp.

**Skape en åpen og trygg atmosfære.** Deltakerne mener at trosspørsmål bør møtes med samme åpenhet og respekt som andre tema, og terapirommet bør bevares som et trygt, tabufritt og søkende område. Ved å lukke for trosspørsmål, risikerer man å lukke dører i terapirommet. Flere har erfart at terapirommet kan representere en trygg og åpen setting for mennesker med vonde troserfaringer. Det fremheves at for mennesker som har troserfaringer eller eksistensielle problemstillinger innvevd i livshistorien sin, har det ofte vært hjelpsomt å åpne for trosspørsmål. En slik åpning handler ikke bare om hva man sier, men det må også gjenspeiles i ens holdning og utstråling for å gjøre utforskningen trygg. En deltaker beskrev det slik:

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

*«Jeg tror det er noe som jeg formidler med kropp, gester og med andre ting enn ord.»*

Det vektlegges som viktig å anerkjenne at trosspørsmål kan være verdifullt for den enkelte. Flere deltakere har tidligere vurdert at trosspørsmål ikke var relevant i deres arbeid, eller de har tenkt at de ikke hadde nok kunnskap til å utforske slike tema. Disse har i dag endret mening da de har erfart at trostema kan gi en inngang til å bli bedre kjent med den enkelte. En deltaker beskriver dette slik:

*«Man kan muligens tenke at tro er et spesielt tema, eller at det ikke er mitt anliggende som behandler, jeg tror jeg har tenkt det selv også.»*

Det kom frem at enkelte kan vegre seg for å dele troserfaringer av frykt for å bli møtt med skepsis og misforståelser. Det ble fremhevet at troende kan unngå å oppsøke hjelp på grunn av dette, selv om de kan ha behov for det. En deltaker beskrev det slik:

*«Jeg vet at i enkelte miljøer er man litt kritisk til helsevesenet og psykologstanden fordi man opplever at noen stiller spørsmål ved troen. Så dermed lar man kanskje være å oppsøke hjelp, da.»*

Det beskrives at prester i flere tilfeller kan fange opp mennesker som har det tungt, og som kanskje ellers ikke ville oppsøkt hjelp, fordi presten har mange uformelle møtepunkter, som for eksempel kaffestund etter et minnesamvær. Slike møter anses å senke terskelen for at den enkelte kan kjenne seg trygg nok til å tørre å ta kontakt.

Samtlige deltakere mener det er viktig å utvise varsomhet i møte med trosspørsmål, noe som innebærer at man ikke må misbruke sin rolle for egen agenda. Det kan for eksempel bety at man ikke må påtvinge sine holdninger i møte med den andre, enten ved å forkynne eller ved å avfeie tro som irrelevant. Også prestene betrakter det som viktig å forholde seg

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

åpen og imøtekommende i forhold til mennesker med ulik bakgrunn, tro eller manglende tro.

De vektlegger at ethvert menneske selv må få velge hva de vil tro på.

**Inkludere den enkeltes liv.** Det ble fremhevet at trosspørsmål bør bli tematisert, i tilfelle det kan være et viktig tema for den enkelte. Det handler om å møte hele mennesket, som for mange kan inkludere troserfaringer. Trosspørsmål handler om livet til folk og det som opptar dem. En deltaker beskrev dette på følgende måte:

*«Vi må på en eller annen måte være tydelige på at vi er nysgjerrige på det også. Men, akseptere og respektere hvis noen ikke har en tro eller ønsker å holde dette utenfor.»*

Det fremkom at det er viktig å være følsom for hva den enkelte vil formidle, blant annet ved å tørre å invitere til å sette ord på troserfaringer. Det handler om å la den andre få lov til å finne det den leter etter, finne egne ressurser som vedkommende kan bruke. Deltakerne mener man viser den andre respekt ved å tørre å gi rom for at troserfaringer kan bli tematisert der det er behov for dette. Å sette ord på troserfaringer handler også om å føle at det er tillatt, en åpenhet den enkelte kan være sensitiv for. Dette ble beskrevet slik:

*«...sette ord på det som en har behov for å sette ord på, at man føler at vi kan snakke om alt, selv om vi ikke snakker om det, så gjør det en forskjell. Det handler om opplevelsen som er i pasienten.»*

Deltakerne forteller at trosspørsmål innbefatter grunnleggende eksistensielle spørsmål som kan hjelpe med å bli bedre kjent med den enkelte. Utforskning av trostema kan være relevant og gi viktig informasjon, også i å bli kjent med den som ikke tror. Flere har erfart at man kan gå glipp av viktige nyanser som kan få stor betydning for den enkeltes liv ved å unngå å utforske slike spørsmål.



## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

**Varsomt og møysommelig detektivarbeid**

## Tabell 3

*Varsomt og møysommelig detektivarbeid –**Trosspørsmål er finmasket innvevd i den enkeltes livserfaring*

Kartlegge hvor viktig trosspørsmål er for den enkelte

Utforske med varsomhet og respekt

La den enkelte få tre frem på sine premisser

---

**Kartlegge hvor viktig trosspørsmål er for den enkelte.** Flere av deltakerne kartlegger troshistorie som en del av inntakssamtalen. De øvrige ser også verdien ved å undersøke betydningen trosspørsmål har for den enkelte. Deltakerne erfarer at kartlegging kan avklare hvor viktig trosspørsmål er for vedkommende. For mange vil det ikke være et behov, men da er det i hvert fall bedre avklart. Avklaring på et tidlig tidspunkt kan gi bedre behandling i forhold til hvordan man skal legge opp terapiforløpet. Trosspørsmål erfares ellers å komme opp et stykke ut i behandlingen i de tilfeller der det er relevant for den enkelte. I slike tilfeller er gjerne troserfaringene innvevd i traumatiske opplevelser og utforskning i forhold til dette kan bli nødvendig for å komme videre i behandlingen. En deltaker beskriver et eksempel på dette:

*«Når det kommer opp spørsmål om å ta livet sitt, så er det noe vi er nødt til å vurdere, suicidalrisiko. Og når vi går inn i det problemet, så kan dette komme fram, det religiøse og troen.»*

Der det mangler kartlegging, mistenkes det at bare de mest ekstreme tilfellene fanges opp, for eksempel tilknyttet utstøtning fra trossamfunn. Der trosspørsmål blir systematisk kartlagt, representerer mennesker som enten har blitt utstøtt fra eller har brutt med rigide trossamfunn, en mindre gruppe av pasienter med kompliserende troserfaringer.

Deltakerne fremhever at det fins mange typer tro, som kan inkludere religiøsitet, alternativ tro og eksistensielle problemstillinger. Kartlegging hjelper å fange opp slike

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

erfaringer, slik at de kan tas hensyn til i behandlingen. Flere mener det er nyttig å kartlegge hvilke problemområder eventuelle troserfaringer er innvevd i. I en slik kartlegging er det viktig å være klar over at trosliv og troserfaringer kan være sentralt i å styre tanker, følelser og meningsdannelse. Det kan oppstå kompliserte bindinger og man bør vurdere om det kan være klokt å gjøre en dybdekartlegging i forhold til hverdagsemosjoner. En deltaker beskrev dette på følgende måte:

*«...kartlegge hverdagen, hvordan spiller det inn. Tar det stor plass, liten plass, mister du energi, får du energi, hvilke følelser er det? Altså, jobbe med økt affektbevissthet og refleksjon rundt det.»*

Flere har erfart at kartlegging av gudsbilde/gudsrelasjon kan gi viktig informasjon, også om ikke-troende, for eksempel hvis de har tatt sterk avstand til eller er sint på Gud. Kartlegging av hvordan foreldrenes livssyn har påvirket egen bakgrunn ble beskrevet som en måte å gjøre dette på.

**Utforske med varsomhet og respekt.** Det ble fremhevet at trosspørsmål kan utforskes på samme måte som man utforsker andre livsaspekter. Tro kan betraktes som et tilleggsaspekt, og utforskningen kan gjøres i samsvar med egen behandlingstilnærming. Trosspørsmål må utforskes med varsomhet i forhold til hvor godt man kjenner den enkelte, og det oppfordres til å være klar over at slike spørsmål kan være opprettholdende faktorer i psykiske lidelser som depresjon, angst, personlighetsproblematikk eller annet, og kan være forbundet med dype indre konflikter. Man må være forsiktig for ikke å devaluere den andres troserfaringer, men utforske hvordan disse erfaringene rammer livet til vedkommende. En deltaker sa følgende om dette:

*«Utforske det sammen med folk, å være åpen for at det kan være at du velger å gå tilbake, at det vil være riktig for deg, og ha respekt for at det ikke er enkle ting for folk, det er kompliserte ting, man må bruke tid på det.»*

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

Det ble anbefalt at utforskning bør tilpasses ulike settinger, som sengepost, poliklinikk, intensiv behandlingsinstitusjon eller kirkelig kontekst. I arbeid på en sengepost ble det vektlagt å utvise varsomhet i møte med pårørende, da enkelte kan frykte for at det stilles spørsmålstegn ved troen til den innlagte.

Deltakerne gav ulike eksempler på tilfeller hvor man burde vise ekstra varsomhet i forhold til trosspørsmål. Slike situasjoner kan være i møte med ruspåvirkning, alvorlig psykisk lidelse, som for eksempel psykose eller paranoia, eller ved traumer. En deltaker beskrev følgende i forhold til å utvise varsomhet:

*«...i forhold til traumatiske pasienter, så kan de være for svake i situasjonen til at de kan bære det, hvis du begynner å lukke opp noen sånne rom, hvis det er sterkt traumatiserte opplevelser i tilknytning til, for eksempel religiøse ledere.»*

Noen tilfeller ble beskrevet å kreve ekstra grundig utforskning for å kunne skille sunn tro fra psykisk lidelse, for eksempel å skille ekstraordinære trosopplevelser fra magisk tenkning eller psykotiske tendenser. Det ble også anbefalt å være varsom i møte med mennesker som har vært utsatt for behandlingssystemer som har vektlagt troen som den eneste redning. Dette fordi eventuelle tilbakefall kan medføre et problem i forhold til tro, i tillegg til det opprinnelige problemet, som for eksempel kan ha vært rus.

**La den enkelte få tre frem på sine premisser.** Deltakerne mener det bør letes aktivt etter ressurser i trosbildet i utforskningen, og vurdere hvordan de kan være til hjelp i det videre arbeidet. En deltaker uttrykte at det kan hjelpe den enkelte å tre frem hvis man har kunnskap om vedkommendes religiøse tro:

*« ...kjenne til litt av det samiske og litt av det kristne og eventuelt andre, og det ateistiske, det gjør kanskje at vi kan ha noen felles møtepunkter som forståelse for bakgrunnen pasienten utfolder sitt liv fra.»*

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

Det ble vektlagt at utforskningen bør ha en undrende tilnærming på den andres premisser, for å kunne fange opp hva den enkelte vil formidle. Det beskrives som viktig å vise interesse og nysgjerrighet i forhold til alle områdene troen berører, samtidig som man prøver å legge merke til invitasjoner som kan åpne den enkeltes livsrom. En behandler bør være en støttepartner som tør å bevege seg sammen med den andre, men som likevel tilrettelegger for at den enkelte selv får sortere sine erfaringer. Det oppfordres til å være oppmerksom på den andres språk og metaforer, samt eventuelle koblinger mellom guds- og foreldrebilder. Det anbefales å tone seg inn på den andres språkdrakt så godt det lar seg gjøre slik at vedkommende får finne egne ord å fortelle med.

Det fremkom at den enkelte noen ganger trenger hjelp til å finne ut hvordan han/hun vil leve livet sitt, og her bør man være følsom for at trosspørsmål kan spille inn og komplisere. Flere har erfart at troserfaringer kan ha lært enkelte opp til å holde tilbake informasjon. I slike tilfeller bør det utforskes skrittvis. Ved tilbakehold av informasjon, ble det anbefalt å først utforske hvorfor det er viktig å ikke fortelle. En deltaker sa følgende om dette:

*«Det kan være at det er farlig, for pasienten føler at den sviker foreldre eller partner eller Gud, ved å snakke om Gud, eller Allah, for den saks skyld. Og da handler det om timing eller andre måter å nærme seg på.»*

Hvis pasienten har opplevelser med svik ble det ansett som naturlig å starte med og undersøke hva det vil si å svikte. Det ble oppfordret til å være sensitiv i forhold til den andres følsomhet og tidspunkt for slike temaer i utforskningen, blant annet fordi mange med dårlige troserfaringer kan være svært sensitiv for å bli invadert.

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

**Reparere og finne ressurser**

## Tabell 4

*Reparere og finne ressurser – Trosspørsmål har et relasjonelt aspekt som påvirker følelser, tankeliv og meningsdannelse på en måte som kan komplisere sorteringsarbeidet*

---

Utvide rigide perspektiv

Sortere og anerkjenne følelser

Opplevelse av mening og tilhørighet

---

**Utvide rigide perspektiv.** Flere påpekte at troserfaringer som oppleves svært begrensede kan medføre en snever tenkning som trenger å bli nyansert. Å jobbe med nyanseringer som kan utvide rigide perspektiv, ble beskrevet som å gjøre livsrommet levelig for den enkelte. Ved rigide troserfaringer ble det vurdert som viktig å utvikle et metaperspektiv og styrke mentaliseringsevnen til den enkelte. I tillegg ble det fremhevet at det er viktig å være oppmerksom på at den rigide tenkningen kan medføre risiko for å utvikle magisk tenkning og tvangstanker. Mange kan trenge hjelp til å revurdere sine konklusjoner for å løse opp i fastlåste tanker relatert til trange eller harde troserfaringer. En deltaker beskrev følgende i forhold til dette:

*«Vedkommende hadde veldig dommedagsangst, en form for hjernevasking, men klarte å komme seg ut av det, og derfor så slapp noe av det. Men, det lå der kanskje mer som et slags traume nesten, når vedkommende i etterkant så hva den hadde vært i.»*

De fleste deltakerne påpekte at mange pasienter har følt seg beriket og fått et utvidet livsperspektiv ved å forholde seg til tros- og eksistensielle tema. Mange har opplevd at dette har bidratt til at enkelte pasienter har gjenfunnet sin barnetro og fått en ekstra og meningsfull dimensjon. For noen har endring av gudsbilde gjort troen til en ressurs fremfor en vond erfaring. Flere fremhever gruppeterapi som gunstig for å utvide perspektiv, der gruppas tilbakemeldinger og nyanseringer kan ha en kraftfull effekt.

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

Noen kan trenge hjelp til å bryte med begrensende livsrammer for å tørre å tre frem som et selvstendig individ. Det ble fremhevet at i en slik prosess finnes det flere hjelpsomme verktøy som kan bidra til å utvide den enkeltes perspektiv, som for eksempel narrativ skriving fra ulike perspektiver, billedterapi og bruk av naturen. En deltaker beskrev følgende i forhold til dette:

*«Da kan den religiøse fortolkningen bli en del av problemet, så narrativt arbeid, rett og slett, rundt livshistoriejobbing, knyttet til følelser og eksistensielle temaer.»*

Enkelte vektla at det kan være nyttig å legge til nye perspektiver fra en annen vinkling men med liknende språkdrakt. Mange som har vært utsatt for strenge trossystemer kan trenge tid for å finne tak i selvstendige tanker og meninger, og for enkelte kan det være utfordrende å skille mellom ytre og indre verden eller mellom seg selv og andre. Noen kan trenge hjelp til å tørre å ta stilling til uavklarte ting i livet sitt. For enkelte handler det om å finne sin identitet, mens andre må tørre å godta den de er, av og til handler det om begge deler.

Flere beskrev det som frigjørende å skape bevissthet rundt hva som har påvirket den enkelte negativt. Men for mange kan dette være en tidkrevende prosess. Mennesker som enten har blitt utstøtt fra eller har brutt med rigide trossamfunn ble beskrevet å kunne ha en lengre vei å gå for å få tak i egne tanker og følelser. Et gudsbilde som virker forfølgende for en selv ble vurdert å begrense livsrommet i stor grad, der flere kan føle seg overvåket av Gud i forhold til hva de tenker og gjør. For andre kan trosspørsmål og troserfaringer være en ekstra belastning, ved at det gir krav og idealer som en føler man må leve opp til i forhold til Gud, seg selv og sine nærmeste.

**Sortere og anerkjenne følelser.** Deltakerne fremhever at tro og troserfaringer kan ha en sentral rolle i å styre følelsesliv, der ulike opplevelser tilknyttet tro og trosbakgrunn kan forvirre følelsene. For mange kan det være mange uavklarte følelser tilknyttet troserfaringer,

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

der en viktig del av repareringsarbeidet ble ansett som å bli kjent med egne følelser, samt lære å skille mellom hva som er sunt og knugende.

Deltakerne fremhever at å jobbe med følelser i et troslandskap er ofte et sorg- og forsoningsarbeid, i forhold til seg selv, Gud og andre, som kan være svært smertefullt. En deltaker beskrev dette på følgende måte:

*«Enkelte kan ha motforestillinger mot å gå inn i tema fordi det kommer mange følelser frem. Ofte synes jeg at vi ser at det berører nære relasjoner fra oppvekst, og at temaer er veldig vevd inn i hverandre. Altså, Gud, tro, tvil, verdier, normer og foreldre.»*

Det fremkom eksempler som kan involvere sorg over tapt familie på grunn av trosskiller og utstøtning, eller det kan handle om sorg over tapt liv relatert til selvsensurering ved tabubelagte områder tilknyttet trosverdenen.

Flere påpekte at følelser for Gud ofte er innblandet i relasjonelle erfaringer, noe som kan komplisere sorterings- og repareringsarbeidet. De beskrev at mange kan trenge hjelp til å skille relasjonsroller og troserfaringer fra hverandre, for eksempel å skille vonde forkynner- eller foreldreerfaringer fra hvem Gud er, slik at ting blir plassert der de hører hjemme. Mange som har hatt vonde erfaringer skal ha spurt seg hvorfor Gud tillot dette, eller hvorfor han ikke grep inn i den aktuelle situasjonen. Flere har erfart at følelser for Gud kan komme i veien for å få jobbet med vanskelige relasjonelle erfaringer i forhold til mennesker. Deltakerne beskriver ulike eksempler der overgrepsutsatte har valgt å skylde på Gud fremfor overgriper, skylde på Gud og overgriper eller de har tenkt at overgrepet skjedde fordi de hadde gjort noe galt. Noen fortalte at de har erfart at enkelte mennesker har opplevd behov for å snakke med prest for å få tilgivelse av Gud etter å ha vært utsatt for overgrep.

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

Mange med vonde troserfaringer har måttet lære å skille mellom skyld og skam, der skyld handler om at man har en anledning til å gjøre opp for seg, mens skam har en mer dyptgripende innvirkning på følelsen av hvem man er. En deltaker beskrev følgende:

*«Jeg har opplevd at folk har vært utrolig kuert av skyld og skamfølelse i forhold til de følelsene de har hatt, og i forhold til de livsvalgene de har tatt, og at det har skapt mye angst hos dem.»*

Deltakerne nevnte ulike eksempler på følelser som kan være problematiske. Flere kan ha et undertrykt sinne som kan være vanskelig å vedkjenne seg, mens andre kan kjenne på tapt glede. Trosspørsmål kan for eksempel komplisere arbeidet med depresjon, der det for noen kan være risikabelt å bli sint hvis den enkelte for eksempel tror at djevelen kan ta sinne i bruk. Flere ble beskrevet å slite med angst og panikkanfall tilknyttet frykt for døden og helvete. I enkelte tilfeller ble frykten for helvete vurdert å være en beskyttende faktor mot selvmord hos religiøse pasienter som anser selvmord som synd. Denne frykten kunne imidlertid bli forverret ved mislykkede suicidforsøk.

Noen har opplevd at enkelte kan bruke tro som forsvar for å skyve bort ubehagelige følelser, noe som kan forhindre repareringsarbeidet. Dette kan for eksempel skje hvis troserfaringer skaper virkelighetsflukt og ønskefølelser tilknyttet åndelig tilstedeværelse i form av engler eller annet. Det er deltakernes erfaring at man i slike tilfeller bør undersøke om dette er følelser andre troende kan kjenne seg igjen i, eller om det er særegent for den enkelte. Hvis dette er erfaringer som ikke deles av andre, kan det tyde på at troen brukes som forsvar. Slike følelser blir også anbefalt å vurdere opp mot den enkeltes hverdagsfungering.

**Opplevelse av mening og tilhørighet.** Deltakerne har erfart at tro er en viktig ressurs for flere, der den gir mening og håp til hjelp for å håndtere livets utfordringer. For mange kan gudstro være det ultimate håp som gjør at vedkommende overlever i en krisesituasjon. En deltaker beskrev dette på følgende måte:



## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

*«Mange mennesker med en tro har kjent, særlig i krisetider, at de har noe større enn deg selv å gå til, å snakke med, be til eller anklage. Det tror jeg hjelper mange mennesker, særlig gjennom de tøffeste dagene.»*

Mange beskrives å oppleve seg hjulpet ved at de kan legge sin livssmerte over i bønn til Gud, og flere finner mening og styrke i tros litteratur. I andre tilfeller erfares det at tro kan gi styrke i alenefølt liv, ved at en opplever Gud som støtte og trøst eller den kan gi en eksistensiell trygghet, for eksempel i møte med døden. Noen beskrives å finne enorm glede i frelsesopplevelsen, og i mange tilfeller kan tro gjøre det lettere for enkelte å tilgi for å komme seg videre.

Deltakerne har opplevd at tro kan gi mening og tilhørighet, ved at den enkelte blir inkludert i et fellesskap der vedkommende føler seg sett og ivaretatt. Enkelte trosfellesskap beskrives å kunne strekke seg langt for hverandre, fordi man både vil være god overfor Gud og hverandre. Flere deltakere beskriver at de har erfart at tilhørighet til fellesskap som ivaretar den enkelte på en god måte kan forebygge sykdom og ha en helende effekt på psykiske lidelser.

Enkelte deltakere beskriver at de har erfart at noen har følt seg sett og hjulpet i livet ved å inkludere de intuitive sansene som trosdimensjonen åpner for. En deltaker beskriver dette slik:

*«Troen hører hjemme i det intuitive landskapet, og den kan gi oss litt overmenneskelige krefter, i forhold til å stå i ting eller å gå igjennom ting, da.»*

Flere deltakerne har opplevd at mange finner ro i kirkerom eller på religiøse steder, mens flere finner mening i språket tros litteraturen tilbyr, blant annet fordi det oppfattes som menneskevennlig fremfor symptomfokusert.

**Utbygge livsveien og finne hjelpsomme ritualer**

Tabell 5

*Utbygge livsveien og finne hjelpsomme ritualer – Trosspørsmål kan kreve samarbeid*

Vurdere samarbeid der man begrenses som fagperson

Ritualer kan styrke repareringsarbeidet

**Vurdere samarbeid der man begrenses som fagperson.** Det vektlegges som viktig å være bevisst som fagperson i møte med trosspørsmål, og det er en fordel å kjenne sine styrker og begrensninger. En profesjon har ulike muligheter i forhold til sitt fagfelt. En deltaker beskrev dette på følgende måte:

*«Det er innenfor terapiens område å undersøke på hvilken måte eksisterer eller ikke eksisterer Gud for deg?»*

Det beskrives som nyttig for en behandler å være orientert om hva en trosleder, som for eksempel en prest eller en imam, kan bidra med i et eventuelt samarbeid. Samarbeid kan for eksempel være initiert av en prest, i tilfeller der den enkeltes psykiske plager vurderes å overskride prestens fagfelt. Det ble nevnt at det i dag nærmest er et institusjonalisert samarbeid mellom kirke og psykiatri ved brå død og ulykker, et samarbeid som ble anbefalt utvidet til flere områder.

Det ble vurdert som viktig å tenke helhetlig i møte med trosspørsmål i forhold til hva som vil være best for den enkelte, og man må vurdere nøye om, når og hvor det kan være klokt å henvise videre eller invitere til samarbeid. Det vektlegges at et eventuelt samarbeid eller videre henvisning, må være en åpen prosess som inkluderer den det gjelder. Før samarbeid vurderes, oppfordres det til å utforske hva vedkommende har behov for og hva som vil være trygt for den enkelte i gjeldende situasjon. Det vektlegges å utvise varsomhet i forhold til samarbeid som inkluderer en troskontekst, ettersom flere har erfart at mange mennesker har dårlige opplevelser tilknyttet trossamfunn. Deltakerne ved de diakonale

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

behandlingsinstitusjonene legger vekt på at de har et etablert og integrert samarbeid mellom psykiatri og sjelesorg, et tilbud som flere ikke-troende også skal ha fortalt at de har dratt nytte av. Det beskrives som tryggere å samarbeide med en prest som er kjent enn å skulle invitere en utenforstående til samarbeid. Sjelesorg er beskrevet som et frivillig tilbud som er åpent for alle, både de som har en eller annen tro og de som ikke tror. En deltaker nevnte et eksempel på tema det har vært nyttig for både troende og ikke-troende å snakke med en prest om:

*«...særlig de som har sorg og komplisert sorg, det har vært veldig fint.»*

Prestene beskriver at deres profesjon gir dem en utvidet rolle, ved at de er en samtalepartner med god kjennskap til Guds ord. De kan sammen med klient søke og be Gud om tilgivelse. De kan i tillegg være behjelpelig med å oppklare teologiske spørsmål. Flere deltakere oppgir at de har erfart at klienter opplever det som nyttig å samarbeide med en prest i forhold til teologiske avklaringer. For eksempel når den enkelte trenger å utvide sin trosforståelse på bakgrunn av strenge troserfaringer. Deltakerne fremhever at mange opplever at en prest mer frimodig kan åpne og tre inn i trosrommet for å hjelpe og sortere og jobbe med gudsbildet. Presten kan gi tydelige føringer som gir mulighet til å gjenopprette gudsbildet på en annen måte. Det kan for eksempel skje ved at presten gir direkte aksept eller tilgivelse på vegne av Gud, noe som kan gjøre det lettere å jobbe med underliggende problematikk.

**Ritualer kan styrke repareringsarbeidet.** Enkelte beskriver at ritualer er skapt for at mennesker trenger håndfaste markeringer som kan være til hjelp for å komme videre. Ritualer inkluderer en kroppslig dimensjon som kan gjøre bearbeidelsen mer håndgripelig. Flere deltakere fremhever at ritualer gir struktur, faste holdepunkter og fysisk tilstedeværelse, og kan gjøres med sammen med andre eller alene. Bønn til faste tider kan gi nødvendig struktur i den enkeltes hverdag. Skriftemål kan være et særlig virkningsfullt rituale i arbeid med skyld og tilgivelse, mens lystenning og besøk på grav kan være til god hjelp for å bearbeide sorg. Bønn oppleves for mange som et virkningsfullt rituale, ved at det kan styrke håpet hos den

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

enkelte. I særskilte tilfeller har velsignelse av urolige hus bidratt til å fjerne frykt og angst hos enkelte, mens det andre ganger har vært nødvendig med avritualisering for å kunne ta i bruk husrom som har tilhørt en avdød.

Noen opplever det som vesentlig at psykologer kan være kreative og benytte seg av den hjelp som ritualer kan gi, og mener det kan være en fordel å etterspørre om den enkelte har egne ritualer som kan være hjelpsomt i en vanskelig situasjon. Bruk av ritualer handler om å finne noe som har betydning for den enkelte, som for eksempel lystenning på merkedager i sorgprosesser. Det formidles at man bør være klar over at en prest kan være behjelpelig med å lage ritualer for den enkelte:

*«Hvis vedkommende ennå har sorg over en som ble borte, og så var det aldri et minne. Da kan man lage et kirkelig rituale, med orgel og det hele, noe helt enkelt, bare for deg. Det er i hvert fall mulig.»*

### Diskusjon

Denne studien av erfarne fagfolk som arbeider innenfor psykisk helse, viser at de som fagpersoner anser det som viktig å forholde seg til trosspørsmål som del av sitt arbeid. Deltakernes erfaring viser at å forholde seg til trosspørsmål handler om å møte mennesker med respekt og åpenhet i forhold til sine opplevelser og det de er opptatt av. For å gjøre dette mener deltakerne at det er en fordel å reflektere over hva trosspørsmål kan innebære, og hvordan slike erfaringer kan påvirke menneskets livsverden. De fremhever at tro og troserfaringer for mange kan være et følsomt tema med flere nyanser som er av stor betydning å forholde seg til i arbeid innenfor psykisk helse.

Studien viser at trosspørsmål berører et eksistensielt aspekt, og at troserfaringer kan være finmasket innvevd i flere av livets områder. Funnene viser også at for å kunne tre inn i troens landskap, så må den enkelte fagperson kjenne seg komfortabel med at trosrommet

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

åpnes. Det fremkommer at fagpersonell på forhånd bør ha reflektert over hvordan et slikt landskap kan utarte seg for den enkelte for å kunne åpne for en trygg utforskning. Deltakerne forteller at troslandskapet kan være et ekstra sensitivt terreng å ferdes i, og at det er en fordel at ledsagers refleksivitet, kroppsforannelser og intuitive sanser er sensitivt tonet inn på de temaene som bringes opp. Når trosspørsmål inngår i samtaler i psykisk helsearbeid, så viser studien at flere områder framtrer som særlig sensitive.

### **Møte hele mennesket**

De erfarne fagfolkene forteller at det kan være en utfordring å skape en trygg atmosfære der den andre tør å fremtre på egne premisser, noe som for mange kan være en ukjent og skremmende erfaring. Alle deltakerne har opplevd at troserfaringer kan være en kompliserende faktor i den enkeltes liv som kan bidra til å opprettholde psykiske lidelser.

For å tilby et godt behandlingstilbud i møte med mennesker som har en tro eller trosbakgrunn, vektlegges det som viktig å være klar over hvordan slike erfaringer kan påvirke den enkeltes psykiske helse. Fagfolkene forteller at trosspørsmål lett kan bli et usynlig tema, hvis det ikke reflekteres rundt hvordan slike problemstillinger kan være innvevd i den enkeltes liv. Dette er i tråd med Propsts (1996) studie, som fant at ens bevissthet om at den andres tro og troserfaringer vil være til stede og påvirke behandlingen, kan være en viktig psykoterapeutisk faktor i møte med den religiøse pasienten. Funnene samsvarer også med Holmbergs (2012) studie, som viser at trosspørsmål ofte ikke blir tematisert fordi behandlere ikke har reflektert over hva slike problemstillinger kan innebære, og derved kan være usikre på hvordan de skal møte dette i praksis. Studien til Huguelet et al., (2006) er også i tråd med funnene, der de fant at terapeuter ofte feilvurderte eller ikke fanget opp hvordan trosspørsmål preget pasientenes liv.

I denne studien fremkom det at trosspørsmål er et følsomt tema som mange kan kvie seg for å ta opp, i frykt for misforståelser eller for ikke å bli tatt på alvor. Nesten alle

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

deltakerne bemerket at helsepersonell bør ta initiativ til at trostema blir tematisert i møte med den enkelte, for eksempel som en del av kartleggingen i en terapeutisk setting. De begrunner dette med at det kan gi verdifull informasjon som vil være viktig å ta hensyn til i den videre behandlingen. Dette samsvarer med andre studier som viser at det kan være behov for bedre kartlegging, ettersom flere pasienter ser ut til å ønske å fortelle om sine troserfaringer, men kan vegre seg for å ta initiativ til dette (Best et al. 2015; Hugulet et al. 2006; Koslander & Arvidsson, 2007). De praktiske erfaringene til fagfolkene i denne studien forteller noe om hvordan det kan være heldig å gå frem for å tematisere og vurdere hvorvidt religiøse anliggender rammer den enkeltes liv. Deltakerne etterlyser imidlertid bedre kartleggingsrutiner i forhold til trobakgrunn og trospåvirkning innenfor psykisk helsevern generelt i landet, der de anbefaler å kartlegge både ressurser og begrensinger. Ønsket om en mer nyansert kartlegging er i tråd med Hathaway, Scott og Garver (2004) og Reme (2014).

Fagfolkene i studien vurderer at det ikke trengs spesialkompetanse i møte med mennesker som har en tro eller trobakgrunn, og at enhver person bør møtes med respekt i forhold til sine behov. Enkelte deltakere opplever at det trengs mer fokus på at trosspørsmål er relevant å adressere i terapi for å bli tatt mer direkte hensyn til. Flere av deltakerne i studien forholder seg til trosspørsmål på en integrativ og systematisk måte. Deltakerne som jobber integrativt med trosspørsmål mener at enhver kan utforske hvordan troserfaringer er innvevd i den enkeltes liv i samsvar med egen behandlingsmodell, enten den er eklektisk eller spesifikk. De vektlegger at det aller viktigste er å møte den enkelte med ydmykhet og respekt i forhold til sin livsverden. En slik holdning er i samsvar med Chequini et al. (2016), som fant at behandlere som var trent i å møte trosspørsmål i praktisk arbeid, bidro til at pasienter med trosproblematikk fikk raskere tilfriskning. Å være trent betyr her å ha gjentatte erfaringer og refererer ikke til en spesialist-tilnærming. Erfaringene til deltakerne i denne studien gir flere eksempler på hvordan det kan være heldig å tilnærme seg trosspørsmål i klinisk arbeid.

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

### **Troserfaringer som begrenser og kompliserer**

De erfarne fagfolkenes erfaring viser at troslandskapet kan være et ekstra følsomt terreng å begi seg inn i på den måten at troserfaringer av og til er komplekst innvevd i vonde og smertefulle opplevelser, som for eksempel overgrep. Overgrep er et sensitivt tema i seg selv, og flere deltakere har erfart at det kan kreve særdeles varsomhet å jobbe med overgrepserfaringer som er relatert til en troskontekst. Et annet område der det oppfordres til særskilt følsomhet, er i møte med mennesker som har utslettet egne meninger eller personer med en unyansert forståelse av skyld og skam. I slike tilfeller anbefales det varsomhet for ikke å påvirke den andre med egne meninger om hva som vil være bra for vedkommende.

Det fremgår også av studien at deltakerne har erfart at flere mennesker med uheldige troserfaringer kan oppleve begrenset kontakt med eller forvirring i forhold til egne følelser. De opplever at troserfaringer har et relasjonelt aspekt som påvirker regulering av følelser. Det er i tråd med hvordan Schore (2012) beskriver at følelsesregulering og selvorganisering kan være tett innvevd i våre relasjonelle erfaringer og påvirke vår følelse av mening og tilhørighet her og nå. Fagfolkene i studien anbefaler at gudsbilde og relasjonelle erfaringer tematiseres og inkluderes i det terapeutiske arbeidet, og at det kartlegges og utforskes hvordan emosjoner er innvevd i relasjoner og gudsbilde. Dette samsvarer med funn som vektlegger følelsesmessige og relasjonelle aspekter i arbeid med trosspørsmål (Granqvist, 2014; Halstensen 2014; Rizzuto 1996, 2005; Stålsett et al., 2012).

Studien viser at det kan være særlig behov for å sortere i følelser som skyld, skam, sinne og frykt når relasjonelle erfaringer er innvevd i gudsbildet til den enkelte, og flere av deltakerne har erfart det som hjelpsomt å jobbe terapeutisk med gudsbildet. Annen forskning samsvarer med dette, der for eksempel Tanke (2014) fant at pasienter hevdet å få det bedre der gudsbildet endret seg fra å være strengt til å bli friere og mer nyansert. Stålsett, Engedal og Austad (2010) gjorde en Case-studie der en pasient med alvorlig

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

personlighetsproblematikk og et forfølgende gudsbilde opplevde god effekt ved å jobbe terapeutisk med sitt gudsbilde.

Flere av deltakerne i studien har erfart at språk og valg av ord kan være et følsomt område for mange med uheldige troserfaringer, enten fordi de mangler ord eller ved at enkelte ord kan vekke ubehagelige reaksjoner, relatert til den enkeltes trosforståelse og erfaringer. Gallese og Cuccio (2015) mener språkutvikling har en kroppslig forankring som kan påvirke senere språkforståelse. Forankringen søkes forklart på et nevralt grunnlag, som involverer et samspill mellom det autonome nervesystemet og speilnevronsystemet. Forklaringsmodellen kalles Embodied Simulation – hypotesen, og er en før-språklig, ubevisst og kroppslig følt tilknytningsprosess (Gallese, 2009). Kroppen betraktes fra dette ståstedet som den grunnleggende kilden til en før-refleksiv bevissthet om seg selv og andre (Gallese & Cuccio, 2015). Et slikt perspektiv åpner for at fortellinger vi har hørt om oss selv, om andre eller religiøse tema, kan gi oss en språkforståelse og metaforer som er emosjonelt ladet eller begrenset. Deltakernes opplevelser av at mennesker med uheldige troserfaringer kan være sensitiv for språkbruk og ordvalg, kan forstås å være i samsvar med dette.

Tilsvarende viser Propst (1996) at man bør være varsom for den enkeltes språkdrakt ved reformuleringer i klinisk arbeid, slik at vedkommende ikke føler seg overkjørt eller manipulert. Funnene i denne studien samsvarer med dette, der mange med uheldige troserfaringer kan være følsom for å bli invadert eller devaluert. De erfarne fagfolkene i studien begrenser ikke språklig følsomhet til reformuleringer, men legger vekt på at mange som har vært del av et rigid trossamfunn kan ha et knapt språk. Det fremkommer at deltakerne opplever at språklig varsomhet og evnen til å tone seg inn på den andres språkdrakt bør etterstrebes, både for å forstå og for å kunne tillegge gode og troverdige perspektiver som kan hjelpe den enkelte å bygge ut sitt livsrom. Studier fra VITA-behandlingen samsvarer med at



## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

dette kan være nyttig i arbeid med trosspørsmål (Stålsett et al., 2010; Stålsett et al., 2012). Det er også i tråd med narrativ praksis (White, 2006) og selvets hermeneutikk Ricoeur (1992).

### **Troserfaringer som bygger opp ressurser**

Studien viser at den enkeltes tro eller trostilhørighet kan være en ressurs i arbeid med psykisk helse. Flere påpeker at det i mange tilfeller kan kreve møysommelig utforskning og sorteringsarbeid for å frigjøre denne ressursen, for eksempel ved å jobbe med følelser og rigide forestillinger.

Resultatene vektlegger en følelse av mening og tilhørighet som en særskilt helsefremmende faktor hos flere religiøse pasienter. Funnene i studien fremhever at troen kan gi en ekstra dimensjon hvor den enkelte kan søke trøst og trygghet i vanskelige situasjoner, og mange styrkes av å tilhøre et trosfellesskap. Flere av deltakerne har opplevd at trostema har åpnet livsrom i den andre som gav tilgang til nye refleksjoner, som utvidet perspektivet på en meningsfull måte. Det fremkommer også at bønn, religiøse tekster, begreper og metaforer kan være trøstende for mange. Tro som grunnlag for mening og tilhørighet er i tråd med forskning som er gjort i forhold til hvordan religiøs tro kan være en ressurs for å mestre utfordrende livssituasjoner (Siegel et al., 2001; Torbjørnsen, 2014).

Studien viser at det i enkelte tilfeller kan være gunstig å invitere til samarbeid med for eksempel en prest, men i slike tilfeller anbefaler deltakerne at det utvises særskilt varsomhet. Der det er mulighet for et slikt samarbeid, eller den enkelte har en trygg tilhørighet til et trossamfunn, viser funnene at det kan være hjelpsomt å være oppmerksom på disse ressursene. Resultatene fremhever tilgivelse, skriftemål og ritualer ved komplisert sorg som eksempler på verktøy som kan gjøre troen til en ressurs. Det er i tråd med Danbolt og Stifoss-Hansen (2014), som beskriver at ritualer kan være håndgripelige og meningsfulle handlinger som gjør bearbeidelsen lettere. Deltakerne i denne studien som har erfaring med å samarbeide

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

med en prest som de kjenner til, har opplevd at både troende og ikke-troende har hatt nytte av dette.

Det fremkom at flere kan være skeptiske til å dele sine troserfaringer i en psykiatrisk kontekst, blant annet av frykt for å bli misforstått. I slike tilfeller vektla flere deltakere at det kan vanskelig å vite hvorvidt troen kan være en ressurs for den enkelte uten nærmere utforskning. Deltakerne oppfordrer til å utvise særskilt sensitivitet der den andre er skeptisk til å dele. Med andre ord handler det om å tilrettelegge for en trygg og åpen atmosfære, der den andre kjenner at det er lov til å dele sine erfaringer på alle livets områder.

Deltakerne i studien vektla det som viktig at våre fordommer ikke må stå i veien for hva som kan være hjelpsomt for den enkelte. De oppfordrer til kritisk refleksjon rundt egne holdninger og at enhver utvider sin kunnskap om hva troens landskap kan innebære i et psykologisk perspektiv. Fagfolkene mener dette kan legge til rette for en åpen og sensitiv atmosfære som den andre kjenner seg validert til å fremtre i. Det etiske aspektet ved selvets hermeneutikk er i tråd med denne holdningen ved å vektlegge økt selvrefleksivitet for å kunne ivareta den andres behov best mulig (Ricoeur, 1992).

Denne studien over erfarne fagfolks vurderinger, viser at ferden i et troslandsskap i arbeid med psykisk helse kan sammenlignes med å tre inn i det Hustvedt i et intervju kaller en «fokusert sone av tvetydighet» Holth (2017, p. 373). Hustvedt beskriver dette som en sone hvor man bør revurdere egne antakelser og være oppmerksom på sine begrensninger. Terapeuter utfordres her til å få tak i det som ligger utenfor egne mentale kategorier i møte med den andre. Hustvedt mener det kreves ekstra refleksjon å åpne for at den andre kan føle seg validert og respektert til å ville dele av sine erfaringer.

### **Menneskemøte på den andres premisser**

Deltakerne fremhever at det terapeutiske møtet i troens landskap i hovedsak handler om å gjøre vandringen trygg for den enkelte. Flere av dem vektlegger at terapeuter bør ha et

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

reflektert forhold til hva det kan innebære å møte mennesker som har en tro eller trosbakgrunn, og ser nytten av å tematisere trosrelaterte tema for å avklare den enkeltes behov. De har erfart at uttalt åpenhet og en atmosfære som tillater at trostema inkluderes i terapirommet, kan invitere den enkelte til å dele flere sider av sin erfaring. Noen bemerket at kommunikasjonen i en slik atmosfære inkluderer intuitive sanser, der den enkelte kan vurdere om terapeuten står inne for ordene den sier. Flere av deltakerne formidlet at det ikke vil være åpnende og etterspørre trosspørsmål, hvis utstrålingen tilkjenner at dette er et uinteressant tema.

De erfarne fagfolkene opplever at manglende refleksjon og åpenhet rundt at trostema kan være relevant i psykoterapi, kan bidra til å stenge rom som gjør at terapien stagnerer. Ved å oppdatere sin kunnskap på området, utstråle og tematisere åpenhet rundt slike erfaringer, vurderer deltakerne at trosspørsmål i enkelte tilfeller kan bli en nøkkel til å låse opp nye rom ved opplevd stagnasjon. Samtlige legger vekt på at den enkeltes behov alltid må være i fokus, og at det kan være en fordel å føle seg frem. Flere har erfart at enkelte troende ikke ønsker å snakke om sine troserfaringer, men at det kan være trygt for dem å vite at det er tillat å ta opp slike tema hvis det skulle bli et behov, uten at det oppleves som et press.

### **Begrensninger ved studien**

Det er flere begrensninger ved denne studien. Den ene er at den inkluderer et lite utvalg. Det er en viss varians blant deltakerne, tilknyttet personlig tro og bakgrunn. Det kunne ha fremkommet et mer nyansert bilde ved å inkludere flere med ulike erfaringer, for eksempel pre-selektert via spørreskjema. Fordelen med det strategiske utvalget som er inkludert, er at de har lang praktisk erfaring med å jobbe med trosspørsmål.

Det er også en metodisk begrensning ved denne studien, ved at undertegnede utførte alle leddene i prosessen selv. Den største begrensningen er knyttet til utvalgt datagrunnlag for analysen og selve analyseprosessen. Her hadde det vært en fordel at en eller flere andre

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

gjennomgikk materialet for å vurdere om det kunne ha blitt forstått på en annen måte, eller om viktige nyanser er utelatt. Forsker har prøvd å kompensere for denne mangelen ved flere gjennomlesninger, lyttinger, bevisste forsøk på å revurdere eget perspektiv, ved å gjennomgå stoffet fra ulike vinklinger og ved å revurdere resultatene opp mot de originale intervjuetekstene.

Den tredje begrensningen er knyttet til at begrepsavklaringen er bred og generell. En mer spisset trosforståelse kunne ha belyst spesifikke aspekter som ikke er blitt fanget opp. Årsaken til at en bred trosforståelse ble valgt, var ønsket om å få en generell forståelse om hvordan trosspørsmål kan møtes i arbeid med psykisk helse. En generell forståelse av hva essensen i møte med slike erfaringer innebærer, kan være nyttig kunnskap for enhver som møter mennesker som har en tro eller trosbakgrunn i arbeid med psykisk helse.

### **Styrke ved studien**

Studien gir et nyansert innblikk i hvordan erfarne fagfolk vurderer det kan være heldig å møte trosspørsmål i arbeid med psykisk helse. Deltakerne anser åpenhet for trosspørsmål som vesentlig i sitt arbeid, og beskriver nytten ved å avklare og kartlegge hvorvidt eller hvordan religiøse anliggender påvirker den enkeltes psykiske helse. Samtlige vektlegger at trosspørsmål handler om eksistensielle vilkår i menneskets liv som kan ha en dyptgripende innvirkning på den psykiske helsen, og at slike problemstillinger bør møtes med åpenhet og respekt.

### **Konklusjon**

Denne studien viser at fagfolk som arbeider med psykisk helse vurderer det slik at arbeidet består i å møte det kontekstuelle mennesket med sine lokale og unike erfaringer. De anser at trosspørsmål ikke kan adskilles fra den enkeltes liv, men er ofte finmasket innvevd i menneskets livserfaring. Det fremkommer flere nyanser som er viktige å ta hensyn til i arbeid med slike tema, men for å kunne tre inn i troens landskap, kan det være nødvendig å vurdere

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

egne holdninger til trostema. Kunnskapen som fremkommer i denne studien fra erfarne fagfolk som jobber med psykisk helse, viser at hvis temaet ikke oppleves relevant for den enkelte fagperson, begrenser det sannsynligheten for at dette landskapet åpnes. Arbeid med psykisk helse handler om hvordan den andre best kan bli møtt på sine premisser som for flere inkluderer troserfaringer. Slik fremstår studiens hovedbudskap som en påminnelse om at enhver må åpne og utvide eget livsrom for at den andre skal kunne tre frem med sitt liv.

### **Implikasjoner for fremtidig forskning**

Det fremkommer at trostema er komplekse, og det fins flerfoldige typer tro. Dette skulle gi rom for flere forskningsprosjekter. I første omgang synes det viktig å undersøke trosspørsmåls plass sett utfra et pasientperspektiv. Slik kan man få mer nyansert dybdekunnskap om hvordan mennesker som har en tro eller trosbakgrunn forventer og ønsker å bli møtt i arbeid med psykisk helse. Et aspekt er å undersøke på hvilken måte pasienter selv vurderer at trosspørsmål kan påvirker deres psykiske helse på en heldig eller uheldig måte. Andre muligheter kan være å snevre inn rundt spesifikke trosgrupper eller tema, der troserfaringer kan være særskilt kompliserende.

Flere deltakere i studien etterlyser kompetanseheving og forebygging som bidrar til at den enkeltes trosbakgrunn blir bedre ivaretatt innen helsevesenet generelt, for eksempel ved økt fokus i utdanning og bedre kartleggingsrutiner. På bakgrunn av det som er fremkommet i studien, synes det å være behov for økt kompetanse for fagfolk i forhold til hvilken betydning trosspørsmål kan ha for menneskers psykisk helse.

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

## Referanser

- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, N. J.: Erlbaum.
- Austad, A. (2014). Eksistensiell psykologi. I L. J. Danbolt, L. G. Engedal, H. Stifoss-Hanssen, K. Hestad & L. Lien. (red.). *Religionspsykologi* (pp. 143-156): Gyldendal Akademisk.
- Best, M., Butow, P. & Olver, I. (2015). Do patients want doctors to talk about spirituality? A systematic literature review. *Patient Education and Counseling*, 98, 1320-1328.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss*. London: Hogarth Press.
- Broberg, A., Granqvist, P., Ivarsson, T. & Mothander, P. R. (2008). *Anknytning i praktiken. Tillämpningar av anknytningsteorin*. Stockholm: Natur & Kultur.
- Bruner, J. (1986). *Actual minds, possible worlds*. Massachusetts: Harvard University Press..
- Cassibba, R., Papagna, S., Calabrese, M. T., Costantino, E., Paterno, A. & Granqvist, P. (2013). The role of attachment to god in secular and religious/spiritual ways of coping with a serious disease. *Mental Health, Religion & Culture*, 17(3), 252–261.
- Chequini, M. C. M., Gonçalves, J. P. B., Leão, F. C., Peres, M. F. P. & Vallada, H. (2016). A preliminary survey on the religious profile of Brazilian psychiatrists and their approach to patients' religiosity in clinical practice. *British Journal of Psychiatry Open*, 2, 346-352.
- Creswell, J.W. (2013). *Qualitative inquiry & research design. Choosing among five approaches*. University of Nebraska, Lincoln: Sage.
- Danbolt, L. J. (2014). Hva er religionsspsykologi? Begrepsavklaringer i en nordisk kontekst. I L. J. Danbolt, L. G. Engedal, H. Stifoss-Hanssen, K. Hestad & L. Lien (red.), *Religionspsykologi* (pp. 17-31): Gyldendal Akademisk.

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

- Danbolt, L. J. & Stifoss-Hansen, H. (2014). Ritualisering: Å skape mening gjennom symbolske handlinger. I L. J. Danbolt, L. G. Engedal, H. Stifoss-Hanssen, K. Hestad & L. Lien (red.), *Religionspsykologi* (pp. 203-215): Gyldendal Akademisk.
- Furseth, I. & Repstad, P. (2003). *Innføring i religionssosiologi*. Universitetsforlaget. Oslo.
- Gallese, V. (2009). Mirror neurons, embodied simulation and the neural basis of social identification. *Psychoanalytic Dialogues*, 19(5), 519-536.
- Gallese, V. & Cuccio, V. (2015). The paradigmatic body - embodied simulation, intersubjectivity, the bodily self, and language. In T. Metzinger & J. M. Windt (Eds.), *Open MIND*, 14(T), (pp. 1-22): MIND Group. doi:10.15502/9783958570269
- Granqvist, P. (2014). Mental health and religion from an attachment viewpoint: Overview with implications for future research. *Mental Health, Religion & Culture*, 17(8), 777-793.
- Granqvist, P. & Kirkpatrick, L. A. (2008). Religion, spirituality and attachment. In K. I. Pargament, J. J. Exline & J. W. Jones (Eds.), *APA handbook of psychology, religion and spirituality. (Vol 1): Context, theory, and research* (pp. 139-155): American Psychological Association.
- Halstensen, K. (2014). Når mennesket knytter bånd til gud - tilknytningsteoriens bidrag til kunnskap om gudsrelasjonens egenart og funksjon. I L. J. Danbolt, L. G. Engedal, H. Stifoss-Hanssen, K. Hestad & L. Lien (red.), *Religionspsykologi* (pp. 113-126): Gyldendal Akademisk.
- Hathaway, W. L., Scott, S. Y. & Garver, S. A. (2004). Assessing religious/spiritual functioning: A neglected domain in clinical practice? *Professional Psychology: Research and Practice*. 35(1), 97-104.
- Holmberg, Å. (2012). Familieterapeuters møte med det åndelige og eksistensielle mennesket. *Fokus på familien*, 1, 49-66.

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

- Holth, I. (2017). Tvetydighetssonen. Intervju: Siri Hustvedt. *Tidsskrift for norsk psykologforening*, 54(4), 370-375.
- Houskamp, B. M., Fisher, L. A. & Stuber, M. L. (2004). Spirituality in children and adolescents: Research findings and implications for clinicians and researchers. *Child & Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 13, 221–230.
- Huguelet, P., Mohr, S., Borrás, L., Gillieron, C. & Brandt, P. Y. (2006). Spirituality and religious practices among outpatients with schizophrenia and their clinicians. *Psychiatric Services*, 57(3), 366-372.
- Jones, S. L. (1996). A constructive relationship for religion with the science and profession of psychology: Perhaps the boldest model yet. In E. P. Shafranske (Ed.), *Religion and the clinical practice of psychology* (pp. 113-147): American Psychological Association.
- Koslander, T. & Arvidsson, B. (2007). Patients' conceptions of how the spiritual dimension is addressed in mental health care: A qualitative study. *Journal of Advanced Nursing*, 55(6), 597–604.
- Lapadat, J. C. & Lindsay, A. C. (1999). Transcription in research and practice: From standardization of technique to Interpretive Positionings. *Qualitative Inquiry*, 5(1), 64-86.
- Mahrer, A. R. (1996). Existential-humanistic psychotherapy and the religious person. In E. P. Shafranske (Ed.), *Religion and the clinical practice of psychology* (pp. 433-460): American Psychological Association.
- Malterud, K. (2011). *Kvalitative metoder i medisinsk forskning. En innføring. 3.utg.* Oslo: Universitetsforlaget.
- Pargament, K. I., Exline, J. J. & Jones, J. W. (Eds.). (2013a). *APA handbook of psychology, religion and spirituality. (Vol 1): Context, theory, and research.* Washington, D.C.: American Psychological Association.



## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

- Pargament, K. I., Mahoney, A. & Shafranske, E. P. (Eds.). (2013b). *APA handbook of psychology, religion, and spirituality (Vol 2): An applied psychology of religion and spirituality*. Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Pearce, M. J., Koenig, H. G., Robins, C. J., Nelson, B., Shaw, S. F., Cohen, H. J. & King, M. B. (2015). Religiously integrated cognitive behavioral therapy: A new method of treatment for major depression in patients with chronic medical illness. *Psychotherapy (Chic)*, 52(1): 56–66.
- Propst, R. L. (1996). Cognitive-behavioral therapy and the religious person. In E. P. Shafranske (Ed.), *Religion and the clinical practice of psychology* (pp. 391-407): American Psychological Association.
- Rajaei, A. R. (2010). Religious cognitive – emotional therapy: A new form of psychotherapy. *Iranian Journal of Psychiatry*, 5(3), 81-87.
- Reme, S. E. (2014). Psykologiprofesjonens forhold til religion. I L. J. Danbolt, L. G. Engedal, H. Stifoss-Hanssen, K. Hestad & L. Lien (red.), *Religionspsykologi* (pp. 371-381): Gyldendal Akademisk.
- Reme, S. E., Berggraf, L., Anderssen, N & Johnsen, T. B. (2009). Er religion neglisjert i psykologiutdanningen? *Tidsskrift for Norsk psykologforening*, 46(9), 837-842.
- Ricoeur, P. (1992). *Oneself as another*. Chicago & London: The University of Chicago Press.
- Ricoeur, P. (2003). *The rule of metaphor: The creation of meaning in language*. Sussex: Psychology Press.
- Rizzuto, A.M. (1979). *The birth of the living god*. Chicago: University of Chicago Press.
- Rizzuto, A.M. (1996). Psychoanalytic treatment and the religious person. In E. P. Shafranske (Ed.), *Religion and the clinical practice of psychology* (pp. 409-431): American Psychological Association.

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

Rizzuto, A.M. (2003). Psychoanalysis: The transformation of the subject by the spoken word.

*Psychoanalytic Quarterly*, LXXII, 287-323.

Rizzuto, A.M. (2005). Psychoanalytic considerations about spiritually oriented

psychotherapy. In L. Sperry & E.P. Shafranske (Eds.), *Spiritually oriented*

*psychotherapy* (pp. 31-50): American Psychological Association.

Rizzuto, A.M. (2006). Discussion of Granqvist's article on "The relation between secular and

divine relationships: An emerging attachment perspective and a critique of the 'depth'

approaches." *The International Journal of Psychology of Religion*, 16, 19-28.

Schore, A. N. (2012). *Affectregulation and the origin of the self: The neurobiology of*

*emotional development*. Abingdon: Taylor & Francis Group.

Shafranske, E. P. (Ed.). (1996). *Religion and the clinical practice of psychology*.

Washington, D.C.: American Psychological Association.

Siegel, K., Anderman, S. J. & Schrimshaw, E. W. (2001). Religion and coping with health-

related stress. *Psychology and Health*, 16, 631-653.

Sperry, L & Shafranske, E.P. (Eds.). (2005). *Spiritually oriented psychotherapy*. Washington,

D.C.: American Psychological Association.

Stortingsproposisjon nr. 63. (1999–2006). Om opptrappingsplan for psykisk helse 1999–2006.

Stålsett, G., Engedal, L.G., & Austad, A. (2010). The persecuting God and the crucified self:

The case of Olav and the transformation of his pathological self-image. *Pragmatic*

*Case Studies in Psychotherapy*, 6(2), Article 1, 49-100.

Stålsett, G., Gude, T., Rønnestad, M. H. & Monsen, J. T. (2012). Existential dynamic therapy

("VITA") for treatment-resistant depression with Cluster C disorder: Matched

comparison to treatment as usual. *Psychotherapy Research*, 22(5), 579-591.

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

Sørensen, J. P. (2001). Introduksjon. I T. Jensen, M. Rothstein & J. P. Sørensen (red.),

*Gyldendals religionshistorie. Ritualer, mytologi og ikonografi. 4.opplag* (pp. 9-55):

Gyldendalske Boghandel Nordisk Forlag AS.

Tanke, A. (2014). *Psykoteraapis betydelse för patienters gudsupplevelser*.

Fordypningsoppgave i psykoterapi. Stockholm: Ersta Sköndal Högskola.

Tsang, J. & McCullough, M. E. (2003). Measuring religious constructs: A hierarchical

approach to construct organization and scale selection. In S. J. Lopez & C. R. Snyder

(Eds.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures* (pp.

345-360): American Psychological Association.

Torbjørnsen, T. (2014). Religiøs mestring. I L. J. Danbolt, L. G. Engedal, H. Stifoss-Hanssen,

K. Hestad & L. Lien (red.), *Religionspsykologi* (pp. 127-141): Gyldendal Akademisk.

Welgemoed, M. A. & van Staden, C. W. (2014). Does religious identification of South

African psychiatrists matter in their approach to religious matters in clinical practice?

*South African Journal of Psychiatry*, 20(4), 140-145.

Wennerberg, T. (2011). *Vi er våre relasjoner*. Oslo: Arneberg Forlag.

White, M. (2006). *Narrativ praksis*. København: Hans Reitzel Forlag.

Yalom, I (2011). *Eksistensiell psykoterapi*. Oslo: Arneberg Forlag.

## Vedlegg

## Vedlegg 1

Jeg vil undersøke hvordan man forholder seg til (og evt jobber med) tros-/religiøse spørsmål i psykisk helsearbeid. Religiøse trosspørsmål er avgrenset til tema som kan tenkes å være relatert til den psykiske helsen, og kan for eksempel være knyttet til skyld, skam, håp, tilgivelse, mening, meningsløshet, død, evighet, aksept, utstøting, kjærlighet, hat, sorg, glede, tro og tvil.

**Intervjuguide**

- 1) I ditt arbeid med psykisk helse, hvordan møter du mennesker som har spørsmål eller opplever problemstillinger tilknyttet religiøs tro?
  - a) Har du noen gang opplevd at et slikt (slike) spørsmål eller problemstilling(er) har kommet opp i løpet av ditt arbeid?
  - b) Kan du fortelle litt om hvilket spørsmål eller problemstilling(er) som kom opp?
  - c) Kan du huske hvordan du forholdt det til spørsmålet(ene) i situasjonen den gangen det (de) kom opp? (Hvem kom m/spm? Hva tenkte du?Hva gjorde du?Hva svarte du?)
  - d) Hvordan opplevde du det var å skulle forholde deg til dette (disse) spørsmålet(-/ene), sett i ettertid?
  - e) Hvordan passet måten du forholdt deg på med hvordan du forstår, eller tenker om, ditt arbeid som terapeut (sjelesørger)?
  
- 2) Tror du at måten du vil møte et eventuelt religiøst spørsmål på i ditt arbeid med psykisk helse påvirkes av ditt eget livssyn?
  - a) På hvilken måte kan det bli påvirket, slik du ser det?

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

- b) Hvis du tror at ditt livssyn ikke påvirker, fortell hvilke forhold som gjør at det ikke vil ha noen påvirkning eller betydning, slik du vurderer det?
- 3) Ut fra din erfaring med arbeid innenfor psykisk helsevern, har du opplevd om det har vært spørsmål relatert til religiøse anliggender som kan ha hatt betydning for pasientens psykiske helse på en uheldig eller lite gunstig måte?
- a) Kan du gi et eksempel på en og beskrive en slik situasjon?
- b) Hva tror du bidro til at det ble slik, ut fra hvordan du vurderte det den gangen?
- c) Vurderer du denne situasjonen annerledes eller på samme måte i dag, når du ser tilbake på situasjonen i ettertid?
- 4) Ut fra din erfaring med psykisk helsearbeid, har du opplevd om det har vært spørsmål relatert til religiøse anliggender som kan ha hatt betydning for pasientens psykiske helse på en positiv eller fordelaktig måte?
- a) Kan du gi et eksempel på og beskrive en slik situasjon?
- b) Hva tror du bidro til det ble slik, ut fra hvordan du vurderte det den gangen?
- c) Vurderer du denne situasjonen annerledes eller på samme måte i dag, når du ser tilbake på situasjonen i ettertid?
- 5) Kan du forestille deg eller se for deg tilfeller, selv om du kanskje ikke har erfart at religiøse spørsmål har blitt reist i ditt arbeid, der det kan være heldig eller fordelaktig å åpne for trosspørsmål i behandlingen?
- a) Kan du gi eksempel på og beskrive en situasjon der dette kan bli en fordel?
- b) Hvis du skulle si noe om hva det er ved ditt eksempel som gjør det fordelaktig, hva vil det være?

## MENNESKEMØTER I TROENS LANDSKAP

- 6) Kan du forestille deg eller se for deg tilfeller, selv om du kanskje ikke har erfart at religiøse spørsmål har blitt reist i ditt arbeid, der det kan være uheldig eller lite gunstig å åpne for trosspørsmål i behandlingen?
  - a) Kan du gi eksempel på og beskrive en situasjon der dette kan bli uheldig?
  - b) Hvis du skulle si noe om hva det er ved ditt eksempel som gjør det fordelaktig, hva vil det være?
  
- 7) Generelt sett, hvordan vurderer du det kan være gunstig eller heldig å gå frem, hvis man ønsker å bli åpen og inkluderende overfor trosspørsmål innenfor psykisk helsevern?
  
- 8) Helt til slutt, kan du tilføye eller utdype noe som burde vært tatt med i dette intervjuet, noe du vurderer som viktig å ta hensyn til hvis man møter trosspørsmål i arbeid med psykisk helse?

**Samtykke-erklæring til intervju om hvordan man forholder seg****til trosspørsmål i arbeid med psykisk helse**

Jeg samtykker til å delta i et intervju om hvordan man forholder seg til trosspørsmål i psykisk helsearbeid, og jeg er informert om at jeg kan avbryte intervjuet når som helst, hvis jeg ønsker dette. Jeg godtar at intervjuet blir tatt opp på bånd for å brukes i forbindelse med transkribering.

Jeg godtar at opplysningene jeg gir i intervjuet benyttes i en hovedoppgave i psykologi.

Jeg er gjort oppmerksom på at personopplysninger jeg gir vil bli anonymisert, og at båndopptaket blir slettet etter transkriberingsarbeidet er ferdig.

Samtykke er gitt av